



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## YARPUZLU KÖFTE (ADİYAMAN)

### GAP Eylem Planı

½ kg çiğ köftelik et (yağsız, sinirsiz kara et)  
½ kg kemikli et  
1 sahan yarpuz  
1,5 lt yoğurt  
1 adet yumurta  
2 yemek kaşığı yağ  
50 gr kırmızı pul biber  
1 yemek kaşığı biber salçası  
Karabiber  
Nane  
Tuz  
3 su bardağı su.

Kemikli etler yağda kavrulur, üzerine salça ve su eklenerek haşlamaya bırakılır.

Köfte leğeninde köftelik bulgur (sümüt), yağsız kara et, salça, kırmızıbiber, karabiber karıştırılarak çiğ köfteden biraz fazla yoğrulur.

Yoğrulan köfte harcına bir adet yumurta kırılarak karıştırılır.

Yoğrulan köfte harcından avuç içinde yuvarlanarak fındık büyüklüğünde köfteler oluşturulur.

Oluşturulan köfteler bir tabakta tek sıra dizili bekletilir.

Bu arada önceden bol su ile yıkanarak seçilen yarpuzlar tencerede haşlanmakta olan et suyuna ilave edilir, ardından köfteler içine atılır.

10 dakika pişen köfteler ateşten alınarak soğumaya bırakılır.

Soğuyan yemeğe önceden çırpılmış yoğurt dökülür, sonra yağda, kırmızı pul biber, tuz, nane ve çok az biber salçasıyla dağlanarak oluşan sos köftelere dökülerek, servise hazır hale getirilir.

Not: Adıyaman mutfağının bahar mevsimi köftelerindedir. Köftede sebze yerine bir bahar otu olan yarpuz kullanılır, köfte de adını bu ottan alır.