



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU KÖFTE (ELAZIĞ)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

½ kg köftelik ince bulgur
2 bardak su
1 tatlı kaşığı tuz
1 kg yoğurt
3 diş sarımsak
Biraz kırmızı pul biber
½ litre kaynatılmış su

Bulguru derin bir kaba koyup üzerine iki bardak kaynamış su ve tuz dökülür. 15 dakika beklettikten sonra üzerine bir avuç un dökülür ve iyice yoğrulur. sonra (ara sıra elinizi ıslatın) bunlar fındık büyüklüğünde yuvarlanır. Yuvarlama işi bittikten sonra tencerede kaynayan tuzlu suya atılır. 10 dakika kaynatılır, kalan suyu süzülür servis tabağına dökülür. Üzerine sarımsaklı yoğurt çırpılıp dökülür, ayrı bir kabda dağlanmış tereyağı üzerine ilave edilir.

Not: Ayrıca bu yoğurtlu köftenin yoğurtsuz olarak ta İsteğe göre tereyağı ile biberi eritip elde edilen sosun köfte üzerine dökülmesi suretiyle yenildiği de olur.

