



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

YOĞURTLU KÖFTE

Mazda Lezzete Götüren Marka
Mehmet Yaşın

5 su bardağı su
2 su bardağı ince bulgur
1 su bardağı sıcak su
1 adet yumurtanın akı
1 su bardağı un
1 yemek kaşığı biber salçası
1 yemek kaşığı domates salçası
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı kimyon
1 tatlı kaşığı sumak
1 çay kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı nane
1 yemek kaşığı un
Sunum için:
2 diş sarımsak
Yarım çay kaşığı tuz
1 su bardağı yoğurt
15 gr tereyağı
1 tatlı kaşığı nane
1 tatlı kaşığı pul biber

Köfteleri haşlamak için 5 su bardağı suyu büyük bir tencereye aktarın ve kaynatın. 2 su bardağı ince bulguru, genişbir karıştırma kabının içerisine aktarın. Üzerine 1 yemek kaşığı biber salçasını, 1 yemek kaşığı domates salçasını, 1 çay kaşığı tuzu, 1 çay kaşığı karabiberi, 1 çay kaşığı kimyonu, 1 tatlı kaşığı sumak, 1 tatlı kaşığı naneyi, son olarak 1 su bardağı sıcak suyu ekleyin. Bulgurun şişmesi için yaklaşık 5 dakika bekletin. Sıcak suda iyice şişen bulguru, 1 su bardağı un ve 1 yumurta akı ilavesiyle iyice özleşene kadar yoğurun. Hazırladığınız harçtan ceviz büyüklüğünde parçalar alın ve yuvarlayarak şekil verin. Geniş bir kaba 1 yemek kaşığı unu serpiştirin. Köfteleri ekleyip kabı sallayarak köftelerin her tarafının eşit miktarda unlanmasını sağlayın. Unladığınız bulgur köftelerini kaynar suya azar azar ekleyin. Köfteleri bulgurlar şişip haşlanana kadar yaklaşık 12 dakika pişirin. 2 diş sarımsağı rendeleyin. 1 su bardağı süzme yoğurt ve yarım çay kaşığı tuz ilavesiyle karıştırın. 15 gr tereyağını küçük bir tavada kızdırın. 1 tatlı kaşığı naneyi ve 1 tatlı kaşığı kırmızı pul biberi ilave edip karıştırdıktan sonra ocaktan alın. Haşlanmış bulgur köftelerini servis tabağına alın. Sarımsaklı yoğurt ve baharatlı tereyağını ekleyip servis yapın.



© lezzetler.com tarif no:123516 • adı:Yoğurtlu Köfte • gönderen:peri tozu • indirme tarihi:04.04.2025 - 14:21