



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## YOĞURTLU KÖFTE

500 gr. kıyma  
1 adet soğan  
1 çay bardağı irmik  
1 yemek kaşığı zeytinyağı  
1 çay kaşığı kimyon  
4 diş sarımsak  
Domates  
2 su bardağı yoğurt  
Nane

Kıyma, rendelenmiş soğan, irmik, kimyon ve zeytinyağını iyice yoğurup yuvarlak köfteler yapın. Bir çatalın sapı ile köftelere delik açın ve az yağlı tavada pişirin. Sarımsağı yoğurtla karıştırıp servis tabağına alın. Kızarttığınız köfteleri yoğurtlu karışımın üzerine yerleştirin. Köfteleri domates ve nane yapraklarıyla süsleyip servis edin.