



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU KÖFTE (TUNCELİ)

Tunceli Valiliği

1 kg. düğürcük de denilen ufak bulgur

4 su bardağı su

250 gr. un

Tuz

Sosu için:

250 gr. yoğurt

250 gr. tereyağı

2 adet sarımsak

Toz biber

Önce derin ve geniş bir kabın içine düğürcük konulur. Düğürcüğün üstüne kaynatılmış su dökülerek karıştırılır.

Kabın ağzı kapatılarak 45-50 dakika bekletilir. Böylece düğürcük iyice şişmiş ve yumuşamış olur.

Yumuşamış düğürcüğe un serpilerek iyici yoğrulur. Sonra el ile ovularak yuvarlak köfte şekline getirilir.

Bu işlem bittikten sonra bir tencereye yeteri kadar su konularak içerisine bir yemek kaşığı tuz atılarak kaynatılır.

Kaynatılan bu suyun içine hazırlanmış olan köfteler dökülür. 15-20 dakika kaynatıldıktan sonra köfteler, kevgirle tencereden çıkarılarak ayrı bir tabağa konulur. Başka bir kaba yoğurt konularak iyice çırpılır, içerisine de dövülmüş sarımsak eklenerek köfte üzerine dökülür. Daha sonra tereyağı eritilir.

İçerisine toz biber atılarak iyice karıştırdıktan sonra kaşıkla yoğurtlu köftenin üzerine dökülerek yenir.

