



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU KOLLOTİK (ADİYAMAN)

Köfte İçin:

1 su bardağı köftelik ince bulgur

1 su bardağı döğme ufağı irmik taneleri gibi)

1 su bardağı ılık su

2 tepeleme yemek kaşığı un

1 adet yumurta (isteğe bağlı)

1 çay kaşığı tuz

Sosu İçin:

500 gr yoğurt

2-3 diş sarımsak

Ayrıca:

25-30 gr tereyağı

1 tatlı kaşığı nane, pul biber

İnce bulgur ve döğme ufağını (irmik de kullanabilirsiniz) geniş bir tepsiye koyup ılık suyla ıslatın ve 15 dakika bekletin. Tuz, un ve yumurtayı katıp uzun süre yoğurun.

Elinizi sık sık soğuk suya batırarak hamuru ıslatıp macun kıvamına gelinceye kadar yoğurun. Tüm malzemelerin birbirini iyice tutması gerekir.

Uzun süre yoğurduğunuz köfte harcından ufak köfteler hazırlayın.

Bir tencereye 8-9 su bardağı su ve tuz koyup kaynatın. Köfteleri kaynarsuda haşlayın. Köfteler piştikçe suyun yüzüne çıkacaktır. Bir kaç dakika daha pişirip el kevgiriyle süzerek tencereden alın ve servis tabağına yerleştirin.

Yoğurdu dövülmüş sarımsakla karıştırıp gerekirse köftelerin haşlama suyundan da ekleyerek karışımı muhallebi kıvamına getirin. Sarımsaklı yoğurdu köftelerin üzerine aktarın.

Yağı kızdırıp nane ve biberi kızgın yağda pişirin. Bu sosu da yemeğin üzerine gezdirip servise sunun.