



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YUMURTALI KIZARMIŞ KÖFTE

600 gram kıyma
1 demet maydanoz
1 adet soğan
Tuz, karabiber, kekik, kimyon
2 diş sarımsak
5 çorba kaşığı zeytinyağı
1 su bardağı un
2 adet yumurta
Kızarmak için sıvı yağ

Kıymayı derin bir kabın içine alın kıyılmış bol maydanozu ekleyip karıştırın. Rendelenmiş soğan ve sarımsağı ilave ederek zeytinyağıyla güzelce yoğurun. Baharatları da ekleyip bu harcı bir gece dinlendirin. Daha sonra elinizle ince köfteler hazırlayın. Köfteleri una bulayıp çırpılmış yumurtaya batırın ve kızgın yağda kızartın.