



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YUVALAMA ÇORBASI

<https://www.reisgida.com.tr>

350 Gr. Yağsız Dana Kıyma
1 Yumurta
2 Çorba Kaşığı Reis Un
Tuz, Karabiber
Yarım Su Bardağı Kızartmak İçin Sıvı Yağ
Yarım Su Bardağı Reis Nohut
1- 5 Su Bardağı Yoğurt
Yarım Kahve Fincanı Erimiş Tereyağ
Yarım Çay Kaşığı Kırmızı Pul Biber

Nohut akşamdan ayıklayıp yıkayın ve suda bırakın.
Ertesi gün 8 bardak et suyu veya su ilave ederek haşlayın.
Kıyma, un, tuz, karabiber ve yumurtayı iyice yoğurun.
Nohut büyüklüğünde parçalara ayırarak ıslak avuç içinde yuvarlayın.
Kızdırılmış sıvı yağa bırakın ve hafif sallayarak kızartın.
Kızarmış köfteleri, haşlanmış nohut ve suyuna ilave ederek 10- 15 dakika yavaş yavaş kaynatın.
Tabaklara servis yaptıktan sonra üzerlerine çarpılmış yoğurt koyun ve kırmızı biberli tereyağ gezdirin.
İsteğe göre yoğurdu sarımsaklı olarak da servis yapabilirsiniz.