



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YUVALAMA ÇORBASI

100 gr pirinç unu
100 gr çiğ köftelik kıyma
300 gr kuşbaşı et
100 gr haşlanmış nohut
Yarım kg yoğurt
1 ay kaşığı nane
30 gr tereyağı
3 yumurta
Tuz
1 ay kaşığı Karabiber

Küçük bir kasede pirinç unu ve çiğ köftelik kıymayı karıştırın. Bir yumurta ilave edip yoğurun. Karışımı bir kenarda bekletin. Büyük bir tencerede kuşbaşı eti kaynatın. Hazırladığınız kıymalı hamurdan nohut büyüklüğünde parçalar koparıp yuvarlayın. Kuşbaşı et piştikten sonra, unlu topları tencereye ekleyip 10 dakika pişirin.Yoğurdu bir kaseye alın. İçine 2 yumurta kırıp iyice karıştırın. Karışımı etin içinde bulunduğ tencereye ekleyin ve 5 dakika kadar pişirin. Tuz ve karabiberle tatlandırın. Küçük bir tavada yağı eritip içine nane ilave edin. Yuvalamayı tabaklara paylaştıırıp üzerinde yağı gezdirdikten sonra servis yapın.