



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YUVALAMA (DENİZLİ)

Denizli İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

2 su bardağı ince bulgur
2 yemek kaşığı irmik
1 tatlı kaşığı karabiber
1 çay kaşığı kimyon
1 tatlı kaşığı pul biber
1 yemek kaşığı salça
4 orta boy domates
1 orta boy soğan
2 adet yeşil biber
2 diş sarımsak
Yarım çay bardağı sıvı yağ
1 bağ maydanoz
1 tatlı kaşığı tuz

Derin bir kaptan ince bulgur, irmik, salça, tuz ve baharatlarla yoğrulur. Su ilave edilerek çiğ köfte kıvamına getirilir. Daha sonra bilye büyüklüğünde parçalar alınarak yuvarlanır ve ortası parmakla bastırılıp, çukurlaştırılır. Bir tavaya yağ konur ve ince kıyılmış soğan ve biberler soğanlar pembeleşinceye kadar kavrulur. İçine az salça ve rendelenmiş domatesler ilave edilir ve kaynatılır. Köfteler pişirilir ve sosun içinde kaynatılır. İçine 2 diş sarımsak ve ince kıyılmış maydanoz eklenir. Piştikten sonra kapağı kapatılır. Sıcak olarak servis yapılır.

