



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YUVARLAMA

250 gr. kuşbaşı koyun eti
150 gr. dana kıyma
1 kahve fincanı pirinç (Yıkayıp dövülmüş)
½ su bardağı nohut (Kabarmış, dövülmüş)
3 adet soğan (Yemeklik doğranmış)
2 çorba kaşığı Bizim Ayçiçek Yağı
1 yumurta
1,5 su bardağı İçim Yoğurt (Süzme)
Tuz
Karabiber

- 1 Nohudu, pirinci, kıymayı, tuzu ve karabiberi bir tepsiye koyup iyice yoğurun. Fındık büyüklüğünde yuvarlayın.
- 2 Diğer bir kap içinde içim yoğurda, soğana biraz renk aldırıp içine eti koyun ve 5 dakika kavurun.
- 3 Üzerine 4 su bardağı su koyup kaynatın. 25 dakika pişmeye bırakın.
- 4 Pişen etin içine köfteleri ilave edin. Pişerken terbiyesini hazırlayın.
- 5 Çukur kap içinde yoğurdu ve yumurtayı iyice karıştırıp kaynayan çorbanın suyundan ilave edin.
- 6 Karıştırdıktan sonra üzerine boşaltın. Lezzetini kontrol edin.
- 7 Servis yaparken kırmızı biber ve kuru nane serpiştirin.

Not: İstenildiğinde üzerine Bizim yağda kızartılmış kuru soğan da konulur.