



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'in Mtevezi Lezzetler Mutluluklar Diler

LAHANALI KÖFTE



- 5 Adet orta büyüklükte lahana yaprağı
- 3 Adet sivri biber
- 2 diş sarımsak
- 1 Adet domates
- 1 orba kaşığı domates salçası
- 1 Tatlı kaşığı kekik
- 1 Tatlı kaşığı tuz
- 1,5 Su bardağı su ya da et suyu
- 1,5 çay bardağı sıvıyağ
- 1 Su bardağı rende kaşar
- Köftesi için;
- Yarım kg. yağsız dana kıyma
- 1 Adet küçük kuru soğan
- 8 diş sarımsak
- 3 dilim bayat ekmek içi
- 1 Tatlı kaşığı tuz
- 1 Tatlı kaşığı karabiber
- 1 Tatlı kaşığı kimyon

- # ce köfte hazırlanır; tuzla sarımsak iyice dövülür, rende kuru soğan ve ekmek içi eklenir. Ekmek yumuşayana kadar yoğrulur.
- # zerine kıyma, kimyon ve karabiber katılır en az 5 dakika yoğrulur. Köfte harcından ceviz büyüklüğünde parçalar alınır, önce yuvarlanır sonra yassılaştırılır.
- # Yemeğin pişeceği geniş, yayvan tencereye 1,5 çay bardağı sıvıyağ konur. Orta ateşte sıvıyağ kızınca hazırlanan köftelerin iki yüzü renk alacak kadar kızartılır.
- # Köfteler sıvıyağdan alındıktan sonra aynı sıvıyağa ince kıyılmış sivri biber ve sarımsak atılır. Sivri biberin rengi değişene kadar kavrulur.
- # zerine ince kıyılmış çiğ lahana, sarımsak ve domates salçası ilave edilir. Lahana klene kadar kavrulur, 1 adet soyulmuş, ince doğranmış domates eklenir, birkaç kez çevrilir. 1,5 su bardağı su ya da et suyu eklenir, kapağı kapalı olarak yarım saat pişirilir.
- # Pişen lahanalı karışım, başka bir kaba aktarılır. Aynı tencereye kızarmış köfteler, birbirlerinin üzerine binecek şekilde dizilir.
- # Köftelerin zerine lahanalı karışım yayılır, en üste rende kaşar serpilir, tencerenin kapağı kapalı olarak orta ateşte 20 dakika pişirilir.
- # Sıcak olarak servis yapılır.

Not: Lahana köfte için kaşar peyniri yerine herhangi çeşit yağlı peynir kullanılabilir.