



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

YOĞURTLU KÖFTE



250 gr. köftelik dana kıyma
2 Su bardağı ince bulgur
1 Adet yumurta
1 orba kaşığı un
1 Adet orta boy kuru soğan
1 Tatlı kaşığı tuz
1 Tatlı kaşığı karabiber
1 Tatlı kaşığı kırmızı pul biber
4 Su bardağı su
zeri için;
2 Su bardağı yoğurt
5 Diş sarımsak
Yarım su bardağı su
Yarım tatlı kaşığı tuz
1 ay bardağı sıvıya
Yarım orba kaşığı biber salçası
1 Tatlı kaşığı kuru nane

- # Yourma kabına ince bulgur, kıyma, un, yumurta, tuz, kırmızı pul biber ve karabiber konur. zerine rende kuru soğan eklenir.
- # Kenara 1 su bardağı kadar ılık su konur, ara sıra bu su ile eller ıslatılarak, köfte yorulur. Suyun bitmesi ile yourma işlemi sona erer. (Yaklaşık 15 dakika)
- # Köfte harcından yarım ceviz byklnde parçalar alınır, yuvarlanır. şekillendirme işlemi bitince köftelerin neminin gitmesi için, yarım saat bekletilir.
- # Çukur bir tencereye 4 su bardağı su ve yarım tatlı kaşığı tuz konur.
- # Su kaynayınca hazırlanan köfteler ilave edilir, orta ateşte 25 dakika pişirmeye bırakılır.
- # Bu arada yoğurt, tuzla ezilmiş sarımsak ve yarım su bardağı su ile pürüzsüz bir kıvam alana kadar çırpılır.
- # Bařka bir tavaya sıvıya ve biber salçası konur, orta ateşte kızınca kuru nane eklenir.
- # Köfteler kaynayan suda piştikten sonra suyu ile birlikte, sıcak olarak servis tabağına aktarılır, üzerine önce sarımsaklı yoğurt, sonra salçalı ya gezdirilir, servise sunulur.

Not: Hařlama suyu et suyu ile hazırlanırsa yemek daha lezzetli olur.