



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)  
Banu Atabay'ın Mütavazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

## DOMATESLİ TAVUK KÖFTESİ



600 gr tavuk bonfile  
1 adet küçük kuru soğan  
4 diş sarımsak  
2 çorba kaşığı irmik  
1 dilim bayat ekmek  
1 adet yumurta  
1 tatlı kaşığı kimyon  
Yarım tatlı kaşığı karabiber  
1 tatlı kaşığı tuz  
SALÇASI İÇİN:  
3 adet domates  
Yarım çorba kaşığı domates salçası  
5 çorba kaşığı sıvıyağ  
1 çay kaşığı şeker  
1 çay kaşığı tuz  
2 su bardağı su

- # Tavuk bonfile, soğan, sarımsak ve bayat ekmek iri doğranır. Robota atılır, şeklini kaybedene kadar çekilir.
- # Sonra yoğurma kabına aktarılır. Üzerine yumurta, irmik, kimyon, karabiber ve tuz eklenir.
- # Bütünleşene kadar yoğrulur. Yuvarlak, küçük ve yassı köfteler yapılır, yağlı kağıt serilmiş tepsiye dizilir.
- # Köfteler önceden ısıtılmış 200 derece fırında kızarana kadar pişirilir.
- # Bu arada salçası hazırlanır; tencereye salça ve yağ konur, birkaç dakika çevrilir.
- # Üzerine kabukları soyulmuş ince doğranmış domates, şeker ve tuz eklenir. Domates şeklini kaybedene kadar pişirilir.
- # Son olarak sıcak su konur ve taşım kaynatılır.
- # Pişen köfteler hazırlanan salçaya atılır. Kapak kapatılır, 10 dakika kadar pişirilir.
- # Sıcak olarak servise sunulur.

**Not:** Köfte harcı yoğurma aşamasında civıktır. İrmik şiştikçe kıvama gelir.