



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)
بانو أتابي لذیذ المتواضع من صفات الأكل

كوفته انتيار

Çiğ Köfte



- # يؤخذ البرغل في تيسي , يسخن ١٠ دقائق مع ١ كوب ماء من المياه ساخن
- # يقطع البصل على شكل رقيق جيدا , يضاف في البرغل مع الملح
- # يعجن البرغل والبصل الجاف وبعدها يضاف معجون فلفل والكميون ويعجن
- # يشرك على هذا الخلط فرم اللحم بدون زيت ويعجن حوالي ٣٥ - ٣٠ دقائق
- # وفي الآخر يضاف عليها البقدونس المقطعة الرقيق ويخلط جيدا
- # تقطع أجزاء من الكوفته على كبر جوز ويعطى شكلا بالضغط مع الأصابع ويؤخذ على أطباق الخدمة وتقدم للخدمة مع أوراق الخس

ملاحظة : عندما يحس أن البرغل أصعب جاف يبذل الأصابع ويستمر مواصلة الخلط