



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

## كوفتة فلاح Fellah Köftesi



٢٥٠ غرام لحم من  
٥.٢ كوب ماء كوف  
٣ ملعقة حساء ط  
١ عدد بيض  
١ عدد بصل  
١ ملعقة حلو كيمي  
٥.١ ملعقة حلو ما  
١ ملعقة شاي فلف  
١ ملعقة شاي زع  
لأكثر من  
١ ملعقة شاي مع  
نصف كوب ماء ز  
٤ أسنان ثوم

- # يخلط البرغل , والطحين , ولحم الفرم , البيض , البصل المبشورة والترال مع بعض ٥-١٠ دقائق
- # يعطي عليها أشكالاً على كبر سكر , ويغلي في زيت المحروق
- # زفي الطرق الآخر يشوي زيت السائل والمعجون والثوم الكحفوظ في مقلاة
- # يسكب مخلوط الصلصة على الكفتيات المقيلة
- # تقدم للخدمة وهية ساخن أو قليل سخون

ملاحظة : إذا أردت تزين مع أوراق الخس عند الخدمة