



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)  
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzətlər® Azərəcə Yemək Tərifləri

## Manna Yarması Küftə

### İrmikli Köfte



Yarım kq. küftəlik qıyma  
1 Çay stəkani manna yarması  
1 Çay stəkani qatıq  
1 Ədəd/adət orta boy quru soğan  
3 Diş sarımsaq  
1 Şiriniyyat qaşığı kimyon  
1 Şiriniyyat qaşığı duz  
Yarım Şiriniyyat qaşığı qara bibər

- # Soğan rəndələnir, üzərinə qatıq və manna yarması əlavə olunur, qarışdırılır, 10 dəqiqə gözlənilir.
- # Qarışıqın üzərinə küftəlik qıyma, kimyon və qara bibər əlavə edilir. Sarımsaqlar 1 Şiriniyyat qaşığı duzla döyülər, vəsaitə qatılır.
- # Bütün küftə xərci 8 - 10 dəqiqə yoğrulur. Üzəri bağlı olaraq soyuducunun alt rəfində 1 saat dinləndirilir.
- # Müddət sonunda küftə xərcindən qoz böyüklüyündə parçalar alınır, diyirlənər, üzərinə yüngülcə basdırılır.
- # Küftələrin şəkil vermə əməliyyatı bitdikdən sonra az yağlı teflon tavada küftələrin iki yüzü/üzü də qızardılır. Çox yağını götürməsi üçün dəsmal kağıza çıxarılır.
- # Manna yarması küftə isti olaraq plov ya da makaron ilə xidmət edilir.

Qeyd: Küftədə olan qatıq, manna yarmasının yumşalıb qabarmasını təmin edir.