



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

Göbələkli Kiftə

Mantarlı Köfte



500 gr. təzə göbələk
6 Yemək qaşığı duru yağ
2 Ədəd pəmidor
1 Ədəd baş soğan
7-8 Diş sarmısaq
4 Ədəd göy soğan
1 Yemək qaşığı tamat
500gr. kiftəlik qiymə
1 Dilim köhnə çörək içi
1 Ədəd baş soğan 1
1 Ədəd yumurta
1 Çay qaşığı duz
1 Çay qaşığı kimyon
1 Çay qaşığı qara bibər
1 Stəkan su

Əvvəlcə kiftə məhlulu hazırlanır. Rəndələnmiş soğan köhnə çörək içi, qiymə, yumurta, kimyon, duz və qara bibər birlikdə 10 dəqiqə yoğrulur.

Fındıqdan bir az böyük yuvarlaq kiftələr hazırlanır. Bu kiftələr, içində az un bulunan məcməyidə sallanaraq una bulanır.

Bir qazana duru yağ qoyulur, üzərinə yeməklik doğranmış soğan qoyulur, soğan bir az yumuşayınca incə doğranmış sarmısaq əlavə olunub 5 dəqiqəyə qədər qovrulur.

Üzərinə əvvəl bir neçə parçaya kəsilmiş bibər, sonra incə doğranmış pəmidor qoyub 5 dəqiqə orta atəşdə qovrulur

Tamat qoyulur, duz əlavə olunur, təmizlənmiş və yekə doğranmış göbələklər əlavə edilib 10 dəqiqə bişirilir.

Üzərinə hazırlanan kiftələr düzülür.

1 Stəkan su əlavə edib 25 dəqiqə bişirilir.

İsti xidmət edilir.şirilir.

Not: Göbələk kaldan qoyulmalıdır