



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

İçli Küftə

İçli Köfte



200 qr. Yağsız dana qiymə
2,5 Stəkan incə yarma
1 Ədəd yekə soğan
1,5 Çay qaşığı duz
Yarım çay qaşığı qara bibər
Yarım çay qaşığı qırmızı pul bibər
İçə üçün,
150 qr. az yağlı qiymə
1 Ədəd yekə soğan
1 Çay stəkanı döyülmüş qoz ləpəsi
Yarım çay stəkanı antep fıstığı
1 Çay qaşığı duz
Yarım çay qaşığı qırmızı pul bibər
Yarım çay qaşığı qırmızı pul bibər
10-15 Dal cəfəri
2 Yemək qaşığı duru yağ
Qızarmaq üçün
Duru yağ

- # Soyumuası üçün əvvəlcə içli küftənin içi hazırlanır. 2 yemək qaşığı duru yağ ilə qiymə orta atəşdə qovrulmaya başlanır.
- # Qiymə sulanmağa başlayınca, incə doğranmış soğan əlavə edilir, soğan yumuşayana qədər bişirilir.
- # Üzərinə dişə gələcək böyüklükdə döyülmüş qoz, anyep
- # Fıstığı, duz, qara bibər, yeni bahar, qırmızı pul bibər və incə doğranmış cəfəri əlavə edilir, ocaqdan alınır. Buxarın içində qalması üçün üzərinə qapaq örtülərək soyudulur.
- # İç soyurkən, içli küftənin çölü hazırlanır. Nimçəyə incə yarma qoyulur. (yarmanın quru olması lazımdır.) Ortası hovuz kimi açılır, rəndə soğan, qara bibər, pul bibər, duz, 1 çay stəkanı qədər un qoyulur.
- # Bütün ləvazimatlar özləşənə qədər yoğrulur. Qıvamı tuttura bilmək üçün un və su az az əlavə edilir.
- # Özləşən qarışıma, yağsız dana qiymə əlavə olunur, 8-10 dəqiqə bütün ləvazimatlar yoğrulur.
- # Yarım limon böyüklüyündə parçalar alınır, ovuc içində yumrulana. İşarət barmağı ilə rulonun içi döndürərək ovulur.
- # Oyuğa əvvəlcədən içdən, patlatmayacaq miqdarda qoyulur, ucundan örtmək üçün bir az boşluq buraxılır.
- # Ovuc içində döndürülərək ağı daraldılıb, örtülür. Küftənin başı və axrı iti forma alar.
- # Bütün küftələr eyni şəkildə hazırlanır. Qızdırılmış yağda, qurutmadan çəhrayı rəngdə qızardılır, kağız dəsmala çıxarılır.
- # İliq olaraq xidmət edilir.

Not:: İçli küftə Türkiyənin cənub cənub-şərq bölgəsinin ləziz ikramıdır.