



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

---

## Bulgur con bolas de patata

Patatesli Bulgur Köftesi



1 vaso de bulgur, tipo pequeño  
6 patatas de tamaño medio  
8 cebollas verdes  
15-20 tallos de perejil  
4 dientes de ajo  
1 cucharada de pasta de pimiento  
4 cucharadas de aceite de oliva  
El jugo de un limón  
1 cucharadita de comino  
1 cucharadita de pimienta negro  
1 cucharadita de sal

# Ponga el bulgur en un tazón profundo. Añadir 1 vaso de agua caliente sobre ella. Descanso durante aproximadamente 10-15 minutos para que el bulgur crecer.

# Pelar las patatas cocidas al mismo tiempo que se caliente o tibio todavía. Masa que se conviertan en puré.

# Añadir la pasta de pimiento y puré de patatas cultivadas en el bulgur en la vaso del water. Amasar la mezcla, hasta que smoothens.

# Añadir el perejil finamente en rodajas, cebolla verde, ajo triturado, jugo de limón, el aceite de oliva, negro pimienta y la sal en la mezcla. Amasar él por un tiempo.

# Pick piezas de la mezcla y la forma en que lo ellos quieren.

# Coloque el bulgur con bolas de patata en la placa de servicio y su servicio.

**Nota:** Si no desea que las bolas se amarga, no debería añadir la pimienta en negro, y debe usar pasta de tomate en lugar de pasta de pimiento.