Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

TİRİTLİ KÖFTE



Yarım kg. dana kuşbaşı
200 gr. yağsız dana kıyma
1 Su bardağı ince bulgur
1 Adet orta boy kuru soğan
1 Su bardağı nohut
Yarım çorba kaşığı domates salçası
Yarım çorba kaşığı biber salçası
4 Çorba kaşığı sıvıyağ
Yarım tatlı kaşığı karabiber
1,5 Tatlı kaşığı tuz
4 Su bardağı su ya da et suyu

İnce bulgur, 1 su bardağı ılık suda 10 dakika bekletilir. Sonra yarım tatlı kaşığı tuz, yarım tatlı kaşığı karabiber ve dana kıyma eklenir, ara sıra el ıslatılarak 10 dakika kadar yoğrulur.
Daha sonra köfte harcından cevizden küçük parçalar alınır, yuvarlanır, düz bir tabağa dizilir. Buzdolabının alt rafına yerleştirilir.
Tencereye sıvıyağ ve dana kuşbaşı konur, orta ateşte suyunu salıp çekene kadar pişirilir.
Üzerine biber salçası, domates salçası ve ince doğranmış kuru soğan eklenir.
Soğan şeffaflaşınca haşlanmış nohut, 1 tatlı kaşığı tuz ve 4 su bardağı sıcak su ya da et suyu ilave edilir.
Su ya da et suyu kaynar duruma gelince buzdolabında bulunan bulgurlu köfteler tencereye atılır. (Köftelerin ezilmemesi için karıştırılmaz, tencere hafifçe sallanır.)
Orta ateşte kapaklı olarak 10 dakika pişirilir, ocaktan alınır. Sıcak olarak sofraya getirilir.

Not: Bulgur içeren köfteler, sulu karışımın içinde fazla durursa şekli bozulabilir. Bu nedenle bu tip köfteler servisten kısa süre önce pişirilmelidir.

© ml.md (Türkçe) Tarif no: 1170 | Adı: Tiritli Köfte | İndirme tarihi: 29.03.2024 - 08:38