



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

FIRINDA KADINBUDU KÖFTE



Yarım kg orta yağlı kuzu kıyma
1 adet kuru soğan
1 çay bardağı pirinç
3 çorba kaşığı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı kimyon
1 tatlı kaşığı tuz
Üzeri için:
1 adet yumurta
1 çay bardağı galeta unu

- # İlk işlem olarak pirincin üzerine 3 çay bardağı su konur ve kısık ateşte suyu tamamen çekene kadar pişirilir.
- # Tavaya yağ konur, ısınınca ince kıyılmış soğan eklenir ve şeffalaşana kadar kavrulur.
- # Üzerine kıymanın yarısı eklenir. Sürekli çevirerek tane tane olacak şekilde pişirilir.
- # Ateşten almadan hemen önce tuz, karabiber ve kimyon katılır, soğumaya bırakılır.
- # Daha sonra soğumuş kıyma ve haşlanmış pirinç karıştırılır. En son çiğ kıyma eklenir.
- # Malzemeler bütünleşene kadar yoğrulur. (2-3 dakika)
- # Köfte harcından limon kadar parçalar alınır oval yuvarlanır. Önce çırpılmış yumurtaya batırılır, sonra galeta ununa bulanır.
- # Hazırlanan köfteler yağlanmış fırın kabına dizilir. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında yarım saat pişirilir.
- # Ilık olarak servise sunulur.

Not: Kavrulmuş kıyma, çiğ kıymayla karıştırmadan önce mutlaka soğumuş olması gerekir.