



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

HAMSI KÖFTESİ



750 gr hamsi
1 adet kuru soğan
2 diş sarımsak
Yarım demet maydanoz
1 adet yumurta
1  orba kaşığı mısır unu
1  ay batdağı ekmek kırıntısı
1 tatlı kaşığı köfte baharatı
1 tatlı kaşığı tuz
 zeri için:
Yarım su bardağı mısır unu
Kızartmak için:
1 su bardağı sıvı yağı

- # Hamsilerin, başı ve kılçığı alınır. Yıkandıktan sonra süzgece çıkarılır ve 1 saat kadar suyu süzdürülür.
- # Sonra bir kaç hamsi biraraya getirilerek bıçakla ince kıyılır. (Robottan da geçirilebilir.)
- # Yo urma kabına aktarılır.  zerine yumurta, rende soğan, ezilmiş sarımsak, ekmek kırıntısı, mısır unu, tuz, köfte baharatı eklenir. 5 dakika kadar yo rulur.
- # En son kıyılmış maydanoz katılır, biraz daha yo rulur.  zeri kapatılır, buzdolabında yarım saat bekletilir.
- # Süre sonunda köfte harcından kayısı kadar parçalar alınır. Yuvarlak ve yassı köfteler  killendirilir.
- # Köfteler mısır ununa bulandıktan sonra kızgın yağıda kızartılır. Kağıt havluya çıkarılır.
- # Sıcak ya da ılık olarak servise sunulur.

Not: 750 gr hamsinin ba  ve kılçığı çıkarıldıktan sonra yaklaşık yarım kg hamsi kalır.