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

BANİK KÖFTE



1 kase ince bulgur
500 gr kıyma
1 adet kuru soğan
1 çay kaşığı kuru reyhan
1 çay kaşığı pul biber
1 çay kaşığı kekik
10-15 dal taze maydanoz
Tuz
Su
Üzeri için:
2 adet yumurta
Kızartma yağı

İnce bulgur yoğurma kabına konur. Üzerine ince kıyılmış soğan, az su ve tuz konur. Ovarak karıştırılır, 10 dakika bekletilir.
Sonra kıyma, reyhan, pul biber ve kekik eklenir. Eller ıslatılarak yaklaşık 10 dakika yoğrulur.
En son ince kıyılmış maydanoz ilave edilir. Maydanoz dengeli karışana kadar kısa süre daha yoğrulur.
Elde edilen köfte harcından ceviz kadar parçalar alınır, yuvarlanır. Daha sonra yassılaştırılır.
Köfteler çırpılmış yumurtaya batırılır. Kızgın yağda kızartılır.

Not: Banik Köfte, Malatya'ya özgü bir tariftir. Banik, Kürtçe yassı anlamına gelir.

© ml.md (Türkçe) Tarif no: 2109 | Adı: Banik Köfte | İndirme tarihi: 29.03.2024 - 05:34