



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

SAHAN KÖFTESİ



Yarım kg. kıyma
1 Adet orta boy kuru soğan
1 Diş sarımsak
1 Kalın dilim bayat ekmek içi
8 - 10 dal maydanoz
1 tatlı kaşığı kimyon
Yarım tatlı kaşığı karabiber
1 Tatlı kaşığı tuz
3 Çorba kaşığı sıvıyağ

- # Ekmek içi, rendelenmiş soğan, dövülmüş sarımsak ve tuz iyice karıştırılır.
- # Üzerine kıyma, kimyon, karabiber ve ince kıyılmış maydanoz katılır. 5 - 6 dakika yoğrulur.
- # Köfte harcından ceviz kadar parçalar alınır, önce top yapılır, sonra üzerine bastırarak yuvarlak köfteler elde edilir.
- # Sahan köftesinin pişeceği tavaya ya da yayvan tencereye sıvıyağ konur. Köfteler sıkı sıkı dizilir.
- # Tencerenin kapağı kapatılır, çok kısık ateşe yerleştirilir. Kendi suyu ile 35 - 40 dakika pişirilir.
- # Arzu edilen garnitürle, sıcak olarak servise sunulur.

Not: Sahan köftesi kendi buharı ile piştiği için rengi koyulaşmaz.