



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

TOROS KÖFTESİ



Yarım kg. orta yağlı kıyma
1,5 çay bardağı pirinç
1 Adet iri kuru soğan
1 Tatlı kaşığı salça
1 Adet yumurta
10 - 12 dal maydanoz
Yarım tatlı kaşığı karabiber
1 Tatlı kaşığı tuz
1,5 Su bardağı su
Üzeri için;
1 Su bardağı ekmek kırıntısı

- # Kuru soğan çok ince doğranır, küçük bir tencereye aktarılır, üzerine yıkanmış pirinç, bir tutam tuz ve 1,5 su bardağı su eklenir.
- # Çok kısık ateşte pirinçler suyunu çekene kadar pişirilir.
- # Kıymaya soğumuş, pirinçli karışım, tuz, karabiber, yumurta, ince kıyılmış maydanoz eklenir, 3-4 dakika yoğrulur.
- # Elde edilen cıvık kıvamındaki köfte harcından yarım limon kadar parçalar alınır, oval şeklinde köfteler yapılır. Daha sonra ufalanmış ekmek kırıntısında bulanır.
- # Fırın tepsisi bol miktarda sıvı yağ ile yağlanır. Köfteler tepsiye dizilir. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana kadar pişirilir.
- # Arzu edilen garnitür eşliğinde, sıcak olarak servise sunulur.

Not: Ekmek kırıntısı elde etmek için, 2 yada 3 dilim ekmek iyice bayatlatılır. Havanda döverek yada mutfak robotunda çekerek ufalanır.