



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

BULAMAÇLI KÖFTE



Yarım kg. orta yağlı kıyma
1,5 Su bardağı ince bulgur
1 Su bardağı ılık su
Yarım çorba kaşığı domates salçası
2 Adet orta boy kuru soğan
10 - 12 Dal maydanoz
1 Çay bardağı iri dövülmüş ceviz
Yarım tatlı kaşığı karabiber
1 Tatlı kaşığı kimyon
1 Tatlı kaşığı tuz
Bulamacı İçin;
1 Adet yumurta
2 Çorba kaşığı un
1 Çay bardağı su
Kızartmak İçin;
2 Su bardağı sıvıyağ

İnce bulgur, 1 su bardağı ılık suya ıslatılır. Üzerine rendelenmiş kuru soğan eklenir, karıştırılır, 10 dakika bekletilir.

Daha sonra şişmiş bulgura kıyma, salça, karabiber, kimyon, tuz eklenir. Malzeme bütünleşene kadar yoğrulur.

Köfte harcına dişe gelecek irilikte dövülmüş ceviz ve ince kıyılmış maydanoz eklenir, kısa süre daha yoğrulur. El ıslatılarak parmak şeklinde köfteler yapılır.

Çukur bir kaba yumurta, un ve su konur, iyice çırpılarak bulamaç yapılır.

Hazırlanan köfteler bulamaca atılır, 1 dakika kadar bekletilir. Sonra kızgın yağda kızartılır.

Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Bulamaçlı köfte bulgur içerdiği için şekillendirdikten kısa süre sonra çatlayabilir. Bu nedenle hemen bulamaca atılmalıdır.