



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

## SUSAMLI KÖFTE



Yarım kg. orta yağlı kıyma  
1 çay bardağı ince bulgur  
1 adet iri kuru soğan  
1 dilim, kalın bayat ekmek  
10 - 15 dal maydanoz  
1 tatlı kaşığı karabiber  
1 tatlı kaşığı tuz  
Üzeri için;  
1 adet yumurta  
1 çorba kaşığı süt  
1 su bardağı susam

- # Bayat ekmek içi ve kuru ince bulgur yoğurma kabına aktarılır, üzerine rende soğan ve tuz konur, bulamaç olana kadar yoğrulur. Bulgurun şişmesi için 10 dakika dinlendirilir.
- # Daha sonra üzerine kıyma, karabiber ve ince kıyılmış maydanoz eklenir, 5 dakika kadar yoğrulur, buzdolabında 1 saat bekletilir.
- # Süre sonunda köfte harcından ceviz kadar parçalar alınır, önce yuvarlanır sonra parmak şekli verilir.
- # Bir kaptaki çırpılmış yumurta ve süte hazırlanan köfteler batırılır, sonra susama bulanır. Yağlanmış orta büyüklükte fırın tepsisine dizilir.
- # Önceden 200 derece ısıtılmış fırında susamlar hafif sararana kadar pişirilir.
- # Sıcak olarak servise sunulur.

**Not:** Susamın içeriğinde bol miktarda yağ olduğu için, yağlı kyma kullanılması tavsiye edilmez.