



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

TERBİYELİ KÖFTE



500 gr. köftelik kıyma
2 Dilim bayat ekmeğ
1 Avuç pirinç
1 Adet kuru soğan
5 - 6 Dal maydanoz
1 Tatlı kaşığı kimyon
1 Çay kaşığı karabiber
1 Tatlı kaşığı tuz
5 Su bardağı su
Terbiyesi için
1 Adet limon suyu
1 Adet yumurta
1 Çay kaşığı tuz

- # 2 dilim bayat ekmeğın üzerine, soğan rendelenir, karıştırılır.
- # Üzerine kıyma, kimyon, tuz, karabiber, eklenip 5 - 10 dakika yoğrulur.
- # En son ince kıyılmış maydanoz ve yıkanmış pirinç konup, karıştırılır.
- # Bir tepsiye bir miktar un konur.
- # Köfte harcından fındık büyüklüğünde parçalar koparılıp, unlu tepsiye atılır, ileri geri sallanarak köftelerin unlanması sağlanır.
- # Bir tencereye 5 su bardağı su ve 1 tatlı kaşığı tuz konup kaynatılır.
- # Kaynayan suya unlanmış köfteler, hafif unu silkelenerek atılır.
- # Pirinçler büyüyünce, başka bir kaptaki çırpılan yumurta, limon suyu ve tuzdan oluşan terbiye, ılıştırılarak köftelere eklenir.
- # 5 dakika terbiye ile piştikten sonra sıcak servis yapılır.

Not: Terbiyenin kıvamlı olması isteniyorsa, 1 tatlı kaşığı un eklenebilir.