



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

PATATESLİ BALIK KÖFTESİ



1 kg istavrit
2 adet orta boy patates
1 adet yumurta
1 adet orta boy kuru soğan
1 çay bardağı ekmek tozu
Yarım demet maydanoz
1 tatlı kaşığı karabiber
1,5 tatlı kaşığı tuz
2,5 su bardağı ayçiçek yağı

- # İstavritler tecereye konur az tuz ve az su eklenir, yumuşayana kadar haşlanır. Ayrı bir yerde patatesler de haşlanır.
- # İstavritler biraz soğuduktan sonra kılçıkları alınır. Patatesler soyulur ezilir. Soğan rendelenir. Maydanoz ince kıyılır.
- # Yoğurma kabına patates, istavrit, çekilmiş ekmek tozu, patates, yumurta, tuz ve karabiber konur, bütünleşene kadar yoğrulur.
- # Maydanoz ilave edilir ve yoğurma işlemi tamamlanır.
- # Köfte harcından ceviz kadar parçalar alınır, uzun ve silindirik şekil verilir.
- # Hazırlanan köfteler tavada, derin yağda kızartılır. Fazla yağının çıkması için kağıt havluya aktarılır.
- # Ilık olarak servise sunulur.

Not: Bu tarif beyaz etli her cins balıkla hazırlanabilir.