



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

## FIRINDA TAVUK KÖFTESİ



- 2 Adet tavuk göğsü kıyması
- 1 Adet yumurta
- 2 Dilim bayat ekmek içi
- 1 Çay kaşığı kimyon
- 1 Çay kaşığı karabiber
- 2 Tatlı kaşığı tuz
- 1 Adet kuru soğan (rende)
- Garnitürü İçin;
- 2 Adet soğan
- 3 Adet domates
- 5 Adet biber (sivri yeşil)
- 3 Adet patates
- 1 Çay bardağı sıvıyağ
- 2 Şu bardağı su

- # Tavuk kıyması içine yumurta, rendelenmiş soğan, kimyon, ufalanmış ekmek içi, karabiber ve tuz konur, 10 dakika yoğrulur. 30 dakika buzdolabında dinlendirilir.
- # Süre sonunda köfte harcından ceviz büyüklüğünde parçalar koparılır, parmak şeklinde köfteler yapılır.
- # Soğanlar yarım daire şeklinde doğranır, orta büyüklükte bir fırın tepsisine yayılır.
- # Üzerine şekillendirilen köfteler dizilir, köftelerin aralarına uzun uzun kesilmiş patatesler, soyulmuş yarım daire şeklinde doğranmış domatesler konur.
- # En üstede bir kaç parçaya kesilmiş yeşil sivri biberler serpilir.
- # Malzemenin üzerine su ve yağ gezdirilir.
- # 190 derece fırında 35 – 40 dakika pişirilir.
- # Sıcak olarak servis yapılır.

Not: İstenirse köftelerin üzerine, 1 su bardağı suda eritilmiş 2 çorba kaşığı salça da gezdirilebilir, o zaman 1 su bardağı su koymak yeterlidir.