

Ispanakli Eksili Kofte

Malzemeler

Koftesi Icin:

2 su bardagi ince koftelik bulgur

1,5 su bardagi ilik su (bulguru islatmak icin)

5-6 yemek kasigi beyaz un

Tuz, karabiber

Elinizi islatmak icin 1 kase su

Yemegi Icin:

500 gr kadar yikanmis dogranmis ispanak

200 gr kusbasi koyun eti(dana etide olur)

1 su bardagi haslanmis nohut veya yesil mercimek

1 tane incecik yemeklik dogranmis irice kuru sogan

1 yemek kasigi salca

1 tatli kasigi erik eksisi veya nar eksisi

1 cay kasigi sumak

10 tane kadar erik kurusu (varsa)

1 yemek kasigi tereyag veya margarin (zeytin yagi da olur)

Yapilisi

Oncelikle bulguru ilik suyla islatin uzerini kapatın ve bir saat bekletin, yumusayan bulgurun tuzunu ve ununu koyun iyice yogurun (su yardimini almayi unutmayin) elinizle findik buyuklugunde kofteler yapin bir kenarda bekletin, diger tarafta buyukce bir tencerede yagi, salcayi,sogani ve eti bir guzel kavurun, uzerine tencereyi dolduracak kadar su ilave edin, et pisene kadar kaynatin, icine haslanmis nohudu ilave edin yemek biraz pisince ispanaklari ve bulgur koftelerini atin, tuzunu, eksisini ilave edin, yemegin pismesini bekleyin, pisince sicak sicak olarak servise sunun.ellerimize saglik