

Karabuğdaylı Köfte Tava

Toplam 32 dk

Hazırlama 14 dk · Pişirme 18 dk

4 kişilik

Kolay

~316 kcal

Rus usulü karabuğdaylı köfte tava, köfteyi karabuğday ve soğanla buluşturarak sade ama tok bir ana yemek yapar.

Malzemeler

- 450 gr Dana kıyma
- 1 su bardağı Karabuğday
- 1 adet Soğan
- 0.5 su bardağı Galeta unu
- 2.5 su bardağı Su

Yapılışı

1. Kıymaya galeta unu ve soğanla yoğurup köfteler hazırlayın.
2. Köfteleri tavada 6 dakika mühürleyin.
3. Karabuğday ve suyu ekleyip 12 dakika pişirin.

PÜF NOKTASI

Köfte harcını kızartarak dinlendirmek tavada daha kolay şekil almasını sağlar.

SERVİS ÖNERİSİ

Sıcak servis edin.

Alerjenler

Gluten