

Karabuğdaylı Köfte Tava

Toplam 32 dk

Hazırlama 14 dk · Pişirme 18 dk

4 kişilik

Kolay

~316 kcal

Açılış 8/10

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. Başlangıç olarak kıymayı galeta unu ve soğanla yoğurup köfteler hazırlayın.
2. Köfteleri tavada 6 dakika mühürleyin.
3. Tavasındaki sosu kenarlardan ortaya toplayıp tabağa yanmasını.
4. Karabuğday ve suyu ekleyip 12 dakika pişirin.
5. Ocaktan sonra 3 dakika bekletin, sıcak sosu tabağa sulu yayılmasını.
6. Servisinde tavadaki yoğun sosu malzemenin üzerine paylaşın.

PÜF NOKTASI

Köfte harcını soğutmadan tavadaki sosu eklemek tavadaki sosun köftelere daha kolay şekilde almasını sağlar.

SERVİS ÖNERİSİ

Karabuğdaylı köfte tavayı sıcak tabakta dizip karabuğdaylı ç dokusu ezilmeden sunun.

Alerjenler

Gluten