

Sebze Köftesi: (4-6 kişilik)



Malzemeler:

- 70 gr. (2 yemek kaşığı) **Teremyağ**
- 1 çay bardağı pirinç
- 2 su bardağı su
- 1 adet rendelenmiş soğan
- 200 gr. (1 orta boy) rendelenmiş havuç
- 200 gr. (1 orta boy) rendelenmiş kabak
- 400 gr. (3 su bardağı) doğranmış mantar
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 su bardağı yulaf ezmesi
- 1 yumurta
- 2 yemek kaşığı ayçiçek çekirdeği içi

Pişirmek için:

- 100 gr. (3 yemek kaşığı) **Teremyağ**

Pirinci 2 su bardağı su ile haşlayıp, ardından suyunu süzüyoruz. 2 yemek kaşığı **Teremyağ**'ımızı tavada eritip soğanlarımızı ve havuçlarımızı içine ilave ederek kavurmaya başlıyoruz. Hafifçe kavrulduktan sonra mantarlarımızı ve sonrasında da kabaklarımızı ekleyerek bütün sebzelerimiz pişene kadar kavurmaya devam ediyoruz. Sebzeler piştikten sonra kenara alıyoruz ve içine haşlanmış pirinçlerimizi, tuz ve karabiberi ekliyoruz, harç hafif soğuduktan sonra yumurtamızı da kırıp karıştırıyoruz.

Diđer yanda yulaf ezmemizi ve ayçiçek çekirdeklerimizi robotta öğütüp un haline getiriyoruz. Sebzeli karışımın içine ekleyerek 15 dk. kadar bekletiyoruz. En son köftelerimizden yassı yuvarlak köfteler yapıp tavada 3 yemek kaşığı **Teremyağ**'ımızı eritip köftelerimizi pişiriyor ve servis ediyoruz.

Püf noktası:

Sebzelerimiz kavrulurken bütün suyunu çekmesi gerekiyor. Aksi halde köftemizin kıvamını bozabiliriz. Köftenin içinde kullanacağımız sebzeleri damak zevkimize uygun olarak değiştirmemiz ve daha farklı lezzetler yakalamamız mümkün...