

کوفته ماکارونی

گوشت چرخ کرده را با سبزیجات معطر و برنج مخلوط کنید و کاملاً ماساژ دهید در حین ماساژ دستتان را درون ظرفی پر از آب که کنار دست قرار داده‌اید بزنید.

**مواد لازم**

ماکارونی شکل‌دار ریز = 500 گرم
 گوشت چرخ کرده کمی چرب = 500 گرم
 روغن مایع = 2 قاشق غذا خوری
 سبزیجات معطر ساطوری شده = 1 فنجان
 آلو به تعداد کوفته‌ها یا زرشک = به مقدار کافی
 لپه نصف فنجان پخته شده = به مقدار کافی
 پیاز درشت نگینی شده = 1 عدد
 گردو نیمه شده به تعداد کوفته‌ها = به مقدار کافی
 برنج پخته شده (کته) = 1 فنجان
 رب گوجه‌فرنگی = 1 قاشق غذا خوری
 نمک و فلفل و زیره سبز = به مقدار کافی
 تخم مرغ = 2 عدد

طرز تهیه

گوشت چرخ کرده را با سبزیجات معطر و برنج مخلوط کنید و کاملاً ماساژ دهید در حین ماساژ دستتان را درون ظرفی پر از آب که کنار دست قرار داده‌اید بزنید. و مواد ماساژ داده شده را ترجیحاً درون فریزر (یا یخچال) استراحت دهید.
 پیاز را با کمی روغن تفت دهید. رب گوجه‌فرنگی را هم اضافه و یک تفت دیگر بدهید و به میزان لازم آب بریزید (معمولاً به تعداد هر کوفته 1 فنجان آب کافی است) و بگذارید بجوشد و نمک و فلفل و زیره بپاشید. بعد از جوش آمدن شعله را کم کنید تا به آرامی جوش بخورد در این حالت می‌توانید درب ظرف غذا را بگذارید. کمی از مواد گوشتی مخلوط شده را (دو قاشق غذا خوری) درون آب در حال جوش بریزید)

ماکارونی را در ظرفی جداگانه با کمی روغن و نمک بپزید و بگذارید تا مغز پخت شود. سپس آبکش کنید و آب ولرم روی آن بریزید تا نچسبد.

تخم مرغ و مواد گوشتی را با ماکارونی پخته و لپه مخلوط کنید و مجدداً ماساژ دهید. در صورتی که غذاساز یا مخلوط‌کن در اختیار دارید از این وسیله‌ها به جای ماساژ استفاده کنید که بسیار بهتر و کارایی بیشتری هم در امر ماساژ و بازنشدن کوفته‌ها دارد در غیر این صورت می‌توانید از هاونگ یا گوشت‌کوب در به هم آمیختن بیشتر مواد استفاده نمایید. به تعداد و اندازه‌های دلخواه مواد را به شکل کوفته درآورید (توپي شکل) و داخل آن را قبل از گرد کردن آلو یا زرشک و گردو بگذارید و به حالت مدور بین دو دست خودتان گرد کنید و دستتان را گاهی درون ظرفی از آب ببرید این حرکت خیس کردن دست مقاومت کوفته را در برابر آب داغ درون قابلمه بیشتر می‌کند. کوفته‌های آماده شده را درون آب در حال جوش (به حدی که روی کوفته‌ها را بگیرد) بریزید و به هیچ عنوان هم نزنید و درب غذا را هم نگذارید. فرصت دهید به آرامی و با حوصله پخته شود ظرف پخت را طوری انتخاب کنید که کوفته‌ها روی هم قرار نگیرند و به هم نچسبند و بین آنها فاصله وجود داشته باشد.