



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KIRMIZI MERCİMEK KÖFTESİ

1 su bardağı kırmızı mercimek
1 su bardağı köftelik ince bulgur
Yarım demet taze soğan
Yarım demet maydanoz
1 limonun suyu
1 çorba kaşığı biber salçası
1 çorba kaşığı domates salçası
1 çay bardağı zeytinyağı
1 çay kaşığı pulbiber
1 çay kaşığı kimyon
Birkaç dilim yeşil limon
Tuz, karabiber, kekik

Mercimeği yıkayıp süzün. Tencereye alıp üzerini örtecek kadar su ekleyin. Suyunu çekene ve mercimekler yumuşayınca kadar haşlayın. Bulguru başka bir kaba alın. Üzerini örtecek kadar sıcak su ilave edip yumuşayana kadar bekletin.

Taze soğan ve maydanozu temizleyip kıyın. Mercimek, bulgur, soğan, maydanoz, biber ve domates salçaları, zeytinyağı, limon suyu, pulbiber, kimyon, tuz, karabiber ve kekiği çukur bir kâseye alın. İyice harmanlayıp yoğurun. Hazırladığınız harçtan ceviz büyüklüğünde parçalar koparıp elinizde yuvarlayarak uzun köfteler hazırlayın. Köfte, salata yaprakları ve limon dilimlerini servis tabağına alın. Köfteleri salata yapraklarının içinde servis yapın.