



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KIRMIZI MERCİMEK KÖFTESİ

2 su bardağı kırmızı mercimek
1 su bardağı ince bulgur
1 adet kuru soğan
1 çay bardağı sıvı yağ
3 adet yeşil soğan
1 tutam maydanoz
2 diş sarımsak
1 çorba kaşığı salça
tuz
karabiber
pul biber

Kırmızı mercimekleri yıkadıktan sonra orta boy tencerenin içine alıp, üzerine bir parmak çıkacak şekilde su döküp, kapağını kapatıp, pişene kadar kısık ateşte kaynatıyoruz. Pişen mercimeklerin üzerine ince bulguru ilave edip, kaşıkla karıştırdıktan sonra ocaktan alıp kapağı kapalı olarak 10 dk. demlendiriyoruz. Bu sürenin sonunda kapağını açıyoruz ve ara sıra karıştırıp ılık hale getiriyoruz. Soğanları ince olarak doğradıktan sonra bir tavaya ölçümüzdeki sıvı yağı koyup, soğanları yüksek ateşte 5 dk. kavuruyoruz. Soğanların pembeleşmiş olması gerekiyor. Üzerine salçayı ilave ediyoruz. 1-2 dk. salçayla kavurduktan sonra, mercimek ve bulgurun üzerine döküyoruz, ilk sıcaklığı çıktıktan sonra tuzunu, karabiberini, pul biberini koyup, elimizle güzel bir şekilde yoğuruyoruz. Bütün malzemelerin birbiriyle karışmasını sağlıyoruz. Sarımsağı ezip üzerine döküyoruz, ince doğranmış maydanozu, yeşil soğanı ilave edip, son bir kez daha yoğurup, servis tabağının içini ve kenarlarını yıkanmış kıvrıcık yapraklarıyla donatıyoruz, istediğiniz şekilleri verip kıvrıcıkların üzerine diziyoruz. Üzerine limon dilimleri, maydanoz yaprakları, nane yapraklarıyla süsleyip çay sofrasının ortasındaki yerine koyuyoruz.

[ML® Yeşil Mercimek Köftesi için tıklayın](#)