



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

## MERCİMEK KÖFTESİ

### MALZEMELER (6 kişilik)

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 tencerenin içine alıp, üzerine bir parmak çıkacak şekilde su döküp, kapağını kapatıp, pişene kadar kısık ateşte kaynatıyoruz. Mercimeğin üzerine ince bulguru ilave edip, karıştırdıktan sonra ocaktan alıp kapağı kapalı olarak 10 dakika demlendiriyoruz. Soğanları ince olarak doğradıktan sonra bir tavaya sıvıyağı koyup, soğanları ince olarak doğradıktan sonra bir tavaya sıvıyağ koyup, soğanları pembeleşene kadar kavuruyoruz. Üzerine salçayı ilave ediyoruz, mercimek ve bulgurun üzerine döküyoruz. Sıcaklığı çıktıktan sonra tuzunu, karabiberini, pul biberini koyup, elimizle güzel bir şekilde yoğuruyoruz. Bütün malzemelerin birbiriyle kaşmasını sağlıyoruz. Sarımsağı ezip üzerine döküyoruz, ince doğranmış maydanozu, yeşil soğanı ilave edip, son bir kez daha yoğurup servis tabağının içine ve kenarlarına kıvırcıkların üzerine diziyoruz. Üzerine limon dilimleri, maydanoz ve nane yapraklarıyla süsleyip servis yapıyoruz.