



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YEŞİL MERCİMEKLİ PİRİNÇ KÖFTESİ

120 gr. taneli pirinç
90gr. yeşil mercimek
450 ml. tavuk suyu (su)
2-3 yemek kaşığı zeytinyağı
2 çorba kaşığı un (1 yumurta)
3-4 yemek kaşığı galeta unu
İnce kıyılmış 1/2 soğan
Karabiber
Maydanoz
Tuz

Mercimek ve pirinç tavuk suyu ile pişirilip süzülür. Bir borcam içerisine alınır. Diğer malzemeler de eklenerek güzelce yoğrulur. Fırın tepsisi içine yağlı kağıt serilir. İki kaşık yardım ile köfte şekli verilerek tepsiye dizilir. Yaklaşık 25-30 dakika 200 derece de pişirilir. Sonra fırından çıkarılıp, tepside soğumaya bırakılır ve bir spatula ile kalır. Eğer sıcak iken kaldırırsanız parçalanabilir.

