



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

2 MERCİMEK KÖFTESİ

1 su bardağı kırmızı mercimek
1 çay bardağı yeşil mercimek
1 soğan
1 çay bardağı zeytinyağı
1 su bardağı bulgur
1 demet maydanoz
3 dal taze soğan
1 çorba kaşığı salça
Kimyon
Tuz
Karabiber

Mercimeklere üzerini bir parmak geçecek kadar su dökün ve mercimek pişinceye kadar kaynatın. Yumuşayınca içine bulgur ekleyip suyunu çekmesini sağlayın. Bulgur kabarmaya başladığında yoğurup soğumaya bırakın. Tavaya rendelenmiş soğan, salça ve sıvı yağın karışımını 5 dakika kadar pişirin. Bu karışımı da bulgurlu karışımın içine dökün. Kiyılmış maydanoz ve taze soğanı da içine alın, hepsini yoğurup şekil verin. Servis tabağına dizin. Ilık ya da soğuk servis yapın.