



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## GLUTENSİZ MERCİMEK KÖFTESİ

1 su bardağı kırmızı mercimek  
1 su bardağı karabuğday unu  
3 su bardağı su  
1 yemek kaşığı biber salçası  
1 yemek kaşığı domates salçası  
1 kuru soğan  
4-5 taze soğan  
Yarım demet maydanoz  
1 limon suyu veya yarım çay bardağından az nar ekşisi  
Zeytinyağı  
Pul biber  
Kimyon  
Karabiber  
Tuz

Mercimeği yıkayın ve suyla pişirin.

Suyunu çekince karabuğday ununu ve tuz ekleyin tencerenin ağzını kapatın.

Bu arada ayrı bir kaptaki zeytin yağında kuru soğanı kavurun ve biber salçası ile domates salçasını pişirin.

Taze soğanın yeşil kısmını ve maydanozu ince ince doğrayın.

Mercimeği karıştırma kabına alın. Baharatlarla iyice yoğurun.

Sosu da yedirin ve yeşillikleri limonu isterseniz nar ekşisini de ekleyin.

