



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ MERCİMEK KÖFTESİ

- 3 Yemek kaşığı margarin
- 2 Adet patates
- 1 Adet kuru soğan
- 2 yemek kaşığı kavurma
- 3,5 Bardak haşlanmış yeşil mercimek
- 250 gr dana kıyması
- 1 Pul biber
- 2 Su bardağı ince bulgur
- 1 Su bardağı irmik
- 1 Kepçe un
- 2 Adet yumurta

2 Adet patatesin kabukları soyulur ve küçük parçalara ayrılıp haşlanır. Daha sonra ayrı bir kaptaki 3 yemek kaşığı margarinde, 1 adet yemeklik doğranmış soğan kavrulur. Üzerine 2 yemek kaşığı kavurma ilave edilir. Haşlanan patateslerin suyu süzülür ve ezilir. Daha sonra bu patatesler kavurma ve soğanın üzerine ilave edilir. Daha önceden haşlanmış olan mercimekler de bir çatal ile ezilip, malzemelerin üzerine ilave edilir. Son olarak pul biber eklenip, ocaktan alınır. İç harcı soğurken, dış harcı için gerekli bütün malzemeler bir yoğurma tepsisinde karıştırılır. Bulgur iyice yumuşayana kadar azar azar su eklenir ve yoğrulur. Dış harcından cevizden biraz daha büyük yuvarlaklar elde edilir. Yuvarlanan köftenin ortası açılır ve iç harcı ile doldurulduktan sonra, yuvarlayarak kapatılır.

Diğer tarafta derin bir tencerede su kaynatılır. Üzerine tuz atıldıktan sonra köfteler bu suda haşlanarak pişirilir.