



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KESME AŞI

1 su bardağı yeşil mercimek

1 küçük soğan

200 gr kıyma

Tuz, karabiber

Su

Hamur için:

1,5 su bardağı un

1 yumurta

Tuz

Üzeri için:

1 tutam maydanoz

1 çorba kaşığı tereyağı

Toz kırmızıbiber

Unu karıştırma kabına alın. Yumurtayı kırın. Bir çay kaşığı tuz atıp hamuru yoğurmaya başlayın. Hamur çok sert olursa bir iki çorba kaşığı kadar su ilave edip mantı hamuru kıvamında bir hamur hazırlayın.

Tezgâhın ve hamurun üzerine un serpip merdaneyle yarım santim kalınlığında açın. Tezgâhın üzerinde 10-15 dakika bekleterek kurumasını sağlayın. Daha sonra yine yarım santim kalınlığında dikine şeritler halinde kesin. Bu şeritleri küp küp doğrayın un serperek harmanlayın. Mercimeğin üzerine kaynar su döküp 10 dakika dinlendirerek kara suyunu çıkartın. Yıkadıktan sonra temiz bir tencere içerisine alıp üzerine sıcak su dökerek pişmeye bırakın.

Yarı kıvama geldiğinde küp doğramış olduğumuz hamurları unla birlikte karıştırarak tencereye ilave edin. Mercimek ve hamurlar birlikte pişerken kıymanın üzerine soğan rendesini, tuzu, karabiberi ilave edip yoğurun. Kıvama geldiğinde fındık büyüklüğünde köfteler yuvarlayıp teflon tavada az sıvı yağda kızartın. Çorbanın pişmesine az kala köfteleri ekleyin.

Suyunu, tuzunu ayarlayıp 3-4 dakika kaynatıp altını kapatıp servis kabına alın. Sıra geldi üzerinin tereyağlı sosuna. Küçük bir tavaya tereyağını alın. Yağ eriyip kızarınca ince doğranmış maydanozu, toz kırmızıbiberi ekleyip coslattıktan sonra yemeğin üzerine dökün. Sıcak sıcak servis edin. İçindeki karbonhidrat ve protein nedeniyle hem besleyici hem de doyurucu bir ana yemek oluyor.