



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MERCİMEK KÖFTESİ

Gülşen Ger

- 1 su bardağı kırmızı mercimek
- 1,5 su bardağı ince köftelik bulgur
- 1 baş kuru soğan
- 1 demet maydanoz
- ½ çay bardağı sıvı yağ
- 1 demet taze soğan
- 2 yemek kaşığı salça (biber ve domates salçası karışık kullanabilirsiniz)
- 3 su bardağı su (gerekirse yoğurma aşamasında biraz daha eklenebilir)
- Tuz
- Kimyon
- Pul biber
- Karabiber

Mercimekler yıkanır, ayıklanır ve iyice yumuşayınca kadar haşlanır. Suyunu çekince bulgur içine atılır ve yarım saat kadar tencerenin kapağı kapalı olarak bekletilir. Soğan ince kıyılarak sıvı yağda kavrulur, içine salça eklenir. Ocaktan alınarak mercimeklere eklenir. İnce kıyılmış maydanoz, ince kıyılmış, yeşil soğan ve baharatlar da ilave edilir. Biraz soğuduktan sonra bütün malzemeler el ile yoğrulur yumurta büyüklüğünde parçalar koparılır. Köftelere şekil verilerek marul veya roka yaprakları üzerine dizilir.

