



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEK KÖFTE

Tuğba Balcı

2 su bardağı su
1 su bardağı köftelik bulgur
1 su bardağı kırmızı mercimek
1 çay bardağı zeytinyağı
2 adet orta boy soğan
1 çorba kaşığı domates salçası
1 çorba kaşığı biber salçası
1 tatlı kaşığı nar ekşisi
1 çorba kaşığı limon suyu
½ demet maydanoz
Kimyon
Karabiber
Acı Pul biber
Tuz

Mercimeği yıkayıp içine suyu ilave edelim ve orta ateşte haşlayalım. İçine bulguru ilave edelim ve ağzını kapayıp demlendirelim. Soğanları ince ince doğrayıp zeytin yağında kavuralım. İçine salçaları ilave edelim ve karıştıralım. Maydanozu ince ince doğrayalım. Mercimekli bulgurlu karışımın içine soğanlı salçalı karışımını, maydanozu, baharatları, tuzu limon suyunu ve nar ekşisini ilave edelim ve iyice yoğuralım. Hazırladığımız harçtan küçük parçalar koparıp şekillendirelim.

