



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEK KÖFTESİ

1 su bardağı kırmızı mercimek
1 su bardağı ince bulgur
4 su bardağı su
3-4 çorba kaşığı zeytinyağı
1 kuru soğan
1 çorba kaşığı biber salçası
1 çorba kaşığı domates salçası
5-6 adet ince taze soğan
Yarım demet maydanoz
1 tatlı kaşığı sumak
Tuz, karabiber, kimyon, pul biber, kuru nane
Taze limon dilimleri

Kırmızı mercimeği yıkayıp süzün. Tencereye koyup üzerine 4 su bardağı su ilave edin, orta ateşe koyun. Mercimekler lapa halini alıncaya kadar pişirin. Mercimek biraz sulu kalmalı. İnce bulguru sıcak mercimeğin üzerine döküp hızlıca karıştırın ve soğuyana kadar kapağı kapalı şekilde bekletin. (1-2 saat kadar) Kuru soğanı incecik doğrayıp salça ile birlikte sıvıyağda kavurun. Maydanozu, taze soğanları incecik doğrayın. Bulgurlu mercimekli karışımı geniş ve derin bir kaba alıp salçalı soğanı ekleyin ve karıştırın. Baharat, tuz ve yeşillikleri üzerine ilave edin. Tahta kaşıkla hafifçe ezerek iyice karıştırın. Bu şekilde 10 dakika kadar beklettikten sonra elinizle yoğurun. Karışımdan ufak parçalar alıp avuç içinde sıkarak köftelerinizi şekillendirin ve servis tabağına dizin. Üzerlerine biraz limon sıkın. Yanında salatalık ve limon dilimleri ile birlikte servis yapın.

