



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEK KÖFTESİ

2 su bardağı kırmızı mercimek
4,5 su bardağı soğuk su
2 su bardağı bulgur
2 büyük soğan
Zeytinyağı
1 tatlı kaşığı kuru nane
1 tatlı kaşığı pul biber
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
2 diş sarımsak
Yarım yemek kaşığı biber salçası
1 demet maydonoz
5-6 dal dereotu

Bir tencereye mercimeği koyup, üzerine soğuk su ve tuz ekleyip pişirin. Tuzun bu aşamada konmasının sebebi, kırmızı mercimeğin daha iyi pişmesini ve renginin açılmasını sağlamaktır. Mercimek dağılınca, içine bulgur ekleyip, ocağı kapatın, bulgur ve mercimeği karıştırın ve dinlenmeye bırakın. Karışım sert olursa bir çay bardağı sıcak su ekleyerek yumuşatabilirsiniz. (Bulgur ve mercimek cinsine göre farklı miktarlarda su çekebilir, öngörülen ölçü 4 buçuk su bardağı su.)

Bir tavada ince kıyılmış soğan üzerini kapatacak kadar zeytinyağında kavurun. İçine biber salçası ekleyip, biraz daha kavurduktan sonra, altını kapatın. İçine baharatlar, ezilmiş sarımsak ve kuru nane ekleyin. Mercimek ve bulgurun içine bu sosu, maydonoz ve dereotunu ekleyin. Tüm malzemeyi iyice karıştırıp yoğurun. Şekil vererek servis yapın.

