



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEK KÖFTESİ

1 su bardağı (200 g) kırmızı mercimek
1,5 su bardağı (200-225 g) ince köftelik bulgur
1 kuru soğan
1 demet maydanoz
Yarım çay bardağı (50 ml) sıvı yağ
1 demet taze soğan
2 yemek kaşığı salça
3 su bardağı (600 ml) su
Yeteri kadar tuz
Kimyon
Pul biber
Karabiber

Mercimek köftesi yapmak için mercimekleri yıkayıp süzdükten sonra geniş bir tencereye aktarın. Üzerine 3 su bardağı su ilave edin. İyice yumuşayınca kadar haşlayın. Suyunu çekince bulguru ilave edin. Yarım saat kadar tencerenin kapağı kapalı olarak bekletin. Ayrı bir tavada ince kıyılmış soğanı sıvı yağda hafif pembeleşene kadar kavurun. İçine salçayı ilave edin. 1-2 dakika daha kavurarak ocaktan alın. Dinlendirdiğiniz mercimeklere kavurduğumuz salçalı soğanı ilave edin. Ilınınca yoğurmaya başlayın. İyice karışan köfte harcına tuz ve baharatını ilave edin. Tekrar yoğurun. Son olarak ince kıyılmış maydanozu, ince kıyılmış yeşil soğanı ilave edin. İyice malzemeyi birbirine yedirin. Elde ettiğiniz köfte hamurundan yumurta büyüklüğünde parçalar koparın. Avucunuzun içinde sıkın. İsteğe göre marul yaprakları, limon dilimleri ile süsleyerek servis yapın.

