



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEKLİ KÖFTE

1 su bardağı kırmızı mercimek
1,5 su bardağı ince köftelik bulgur
1 adet kuru soğan
1 demet maydanoz
Yarım 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)
2 çay kaşığı tuz
Kimyon
Pul biber
Karabiber

Öncelikle mercimekleri ayıklayıp yıkayın.

Ardından tencereye alıp üzerini geçecek kadar suyla iyice yumuşayana kadar haşlayın.

Suyunu çeken mercimeklerin üzerine ince bulguru da ilave edip kapağını kapatın ve yarım saat bekletin.

Kuru soğan ince ince doğrayıp sıvı yağda kavurun.

İçine salçayı da ekleyip ocaktan alın ve mercimeklere ekleyin.

Maydanoz ve yeşil soğanı ince ince kıyıp baharatlarla birlikte diğer malzemelere ilave edin.

Malzemeleri elinizle yoğurup yumurta büyüklüğünde parçalar koparın.

Elinizle şekil verdiğiniz köfteleri yeşillikler, turşu ve çeşitli soslarla servis edin.

