



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEK KÖFTE

2 su bardağı kırmızı mercimek
6 su bardağı sıcak su
4 su bardağı ince bulgur
1 demet maydanoz
Yarım marul
Yarım çay bardağı zeytinyağı
4 yemek kaşığı domates (isterseniz biber salçası da ekleyebilirsiniz)
2 tatlı kaşığı kimyon
2 tatlı kaşığı toz biber
2 tatlı kaşığı pul biber
2 tatlı kaşığı karabiber
2 çay kaşığı tuz
4 yemek kaşığı nar ekşisi

Bir tencereye yıkanmış mercimekleri koyup üzerine sıcak su ekleyip kapağı kapalı bir şekilde pişirin. Haşlanan mercimeğin üzerine bulguru ekleyip kaşıkla karıştırın ve kapağını kapatıp 30 dakika demlenmeye bırakın.

Tavaya yarım su bardağı zeytin yağı alıp küp küp doğradığımız soğanları hafif pembeleşene kadar kavurun. İçine salçalarımızı da ekleyip kavuralım ve baharatları ekleyip karıştırıp ocaktan alın.

Geniş bir kabın içine mercimeği alın.

Salçalı sosumuzu alıp elimizle iyice yoğurun. Yarım limon suyu ve doğradığımız maydanoz ve marulu ekleyip tekrar yoğuralım.

Elimizle sıkıp servis tabağına dizin.



Fotoğraf "gül" tarafından gönderildi. 29.02.2024