



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## MERCİMEK KÖFTESİ

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

1 su bardağı kırmızı mercimek  
1 su bardağı ince bulgur  
3 su bardağı su  
Yarım çay bardağı zeytinyağı  
1 adet kuru soğan  
1 yemek kaşığı domates salçası  
1 yemek kaşığı biber salçası  
1 demet ince kıyılmış maydanoz  
5-6 dal ince doğranmış taze soğan  
Tuz, karabiber, kimyon, kırmızı biber  
Sunum için marul yaprakları

Öncelikle iyice yıkanmış kırmızı mercimeği 3 su bardağı su ile pişirin. Mercimek yumuşayıp suyunu çekmek üzere iken ince bulguru ilave edip karıştırın. 1-2 dakika daha tutup ocaktan alın ve bulgurun yumuşaması için bekletin. Zeytinyağını tavaya alıp içine küçük doğranmış kuru soğanı ilave edin ve kavurun. Soğan pembeleşince salçayı ilave edip onu da 1-2 dakika kavurun ve altını kapatıp bulgurlu mercimekli karışıma ilave edin. Tuz ve diğer baharatları da ilave edip elinizle iyice yoğurun. En son maydanoz ve yeşil soğanı da ilave edip bir süre daha yoğurun. Dileğiniz gibi elinizle şekil verip, marul yaprakları yerleştirdiğiniz tepsiye dizin. Limon dilimleriyle servis yapın.

