



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

MERCİMEK KÖFTESİ

3 su bardağı kırmızı mercimek
1 adet büyükçe kuru soğan
5-6 sap maydanoz
2-3 sap taze soğan
1 tatlı kaşığı salça
Yarım su bardağı çiğköftelik bulgur
Sıvıyağ
Yeni bahar
tuz
karabiber
pul biber

Kırmızı mercimekler iyice haşlanır. Diğer yanda çentilmiş soğan yağda pembeleşinceye kadar kavrulur, içine isteğe göre 1 tatlı kaşığı salça ilave edilebilir. Bulgurlar sıcak kaynar suyun içine konarak 10-15 dakika bekletilir. Kavrulmuş soğan, salça karışımı, mercimeklerin içine ilave edilir. Bulgur, ufak ufak doğranmış Taze Soğan, Yeni Bahar, Tuz ve Karabiber ilave edilerek bir karışım haline getirmek üzere yoğrulur. Cevizden azıcık büyükçe parçalar alınarak parmak ya da yassı köfteler gibi şekillendirilir. Sıcak sıcak daha lezzetlidir. Ama soğuk da sunulabilir, istenirse kırmızı pul biber de ilave edilebilir.