



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MERCİMEK KÖFTESİ

Selin Kutucular

- 1 Su Bardağı Kırmızı Mercimek
- 2 Su Bardağı İnce Bulgur
- 5 Adet Kuru Soğan
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 1 Çorba Kaşığı Biber Salçası
- 1 Diş Sarımsak
- 1 Çay Bardağı Ayçiçek Yağı
- 1 Çay Bardağı Sızma Zeytinyağı
- 1 Tatlı Kaşığı Tuz
- 1 Tatlı Kaşığı Kimyon
- 2 Demet Taze Soğan
- Maydanoz

1 kuru soğanı ve 1 tatlı kaşığı tuzu mercimeklerle beraber su dolu bir tencerede iyice pişirelim. Soğanı içinden çıkaralım ve ocağın altını kapadıktan sonra bulguru ekleyelim, karıştıralım ve ağzını kapatalım. 4 tane soğanı küp küp doğrayalım ve ayçiçek yağında iyice kavuralım. Salçaları sulandırarak ekleyelim. Rendelenmiş sarımsağı da ilave edelim. Karıştırarak pişirmeye devam edelim ve koyu bir kıvam elde edelim. Tuzunu ve kimyonunu ekleyerek mercimekli bulgurlu karışıma katalım. Soğuttuktan sonra ince kıyılmış taze soğanı ve maydanozu ilave edelim. Sızma zeytinyağını da ekleyelim ve elimizle yoğuralım. Yeşil salata yapraklarıyla dilediğimiz şekilde köfteler yaparak sunabiliriz.