



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## MERCİMEKLİ KÖFTE

1 su bardağı kırmızı mercimek  
1 su bardağı bulgur  
1 kuru soğan  
2 çorba kaşığı salça  
2 çorba kaşığı tereyağı  
4 çorba kaşığı zeytinyağı  
4 dal taze soğan  
Maydanoz, kimyon, tuz, karabiber

Kırmızı mercimeği iki su bardağı suda pişirin. Yumuşayınca içine bulgur ekleyin. Bulgur kabarınca yoğurup soğumaya bırakın. Rendelenmiş soğan, tereyağı, sıvı yağ ve salçayı tavada beş dakika kadar pişirin. Bu karışımı mercimek bulgur karışımına ilave edin. Kıyılmış maydanozla taze soğanı da aktarıp iyice yoğurun, elinizle şekil verin. Servis tabağına, marul yapraklarının üzerine dizin.