MERCİMEK KÖFTESİ

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

1 su bardağı kırmızı mercimek
2 su bardağı su
1 su bardağından 2 cm eksik ince (köftelik) bulgur
Yarım su bardağı zeytinyağı
3 orta boy kuru soğan
2 çorba kaşığı tepeleme domates salçası
1 çorba kaşığı biber salçası
1 tatlı kaşığı kimyon
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı pul biber acı
1 tatlı kaşığı tuz
1 demet maydanoz
10 tane taze soğan
1 kıvırcık marul

Mercimeği yıkayıp tencereye koyun, üstüne iki bardak su ilave edin, bir tutam tuz koyup, bir taşım kaynatın, altını kısın, suyunu çekesiye kadar pişirin.
Ocaktan alır almaz bulguru ilave edin, bir karıştırıp ağzını kapatın.
Kuru soğanları robotda ya da el ile kıyın , 10 dakika zeytinyağında pembeleştirin, salçasını da ilave edip, 1-2 dakika çevirin.
Biber salçasını da ekledikten sonra ocağın altını kapatın.
Soğanlı, salçalı sos ve bulgurlu mercimek soğuyunca ikisini beraber karıştırın, baharatlarını ilave edip yoğurun.
Kıyılmış maydanoz ve yeşil soğanları da atıp bir kez daha yoğurun. Çiğköfte gibi şekillendirin.
Kayık tabağa, kıvırcık marulların yaprağını yerleştirip köfteleri muntazam bir şekilde dizin.
Üstüne bir miktar maydanoz, pul biber ve taze soğan serpin.
Çok ince kıyılmış bir çoban salata yapıp, köftelerin yanına garnitür olarak ervis yapın

© lezzetler.com tarif no:96077 • adı:Mercimek Köftesi • gönderen:Saadet • indirme tarihi:11.05.2024 - 10:30