



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MERCİMEK KÖFTESİ

1.5 su bardağı kırmızı mercimek
1 soğan
2 diş sarımsak
1 çorba kaşığı biber salçası
1 çay bardağı zeytinyağı
1 su bardağı bulgur
Maydanoz, taze soğan
Kimyon, tuz, karabiber

Mercimeklerin üzerine bir parmak geçecek kadar su dökün ve mercimek pişinceye kadar kaynatın. Yumuşayınca içine bulgur ekleyip suyunu çekmesini sağlayın. Bulgur kabarınca yoğurup soğumaya bırakın. Tavaya rendelenmiş soğanı, salçayı, sıvı yağı karıştırıp 5 dakika kadar pişirin. Bu karışımı da bulgurlu karışımın içine dökün. Kıyılmış maydanoz ve taze soğanı da içine alıp hepsini yoğurup şekil verin. Servis tabağına dizin. Ilık ya da soğuk servis yapın.