



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEKLİ ÇİĞ KÖFTE (MALATYA)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

- 6 tane orta boy kuru soğan
- 2,5 su bardağı orta bulgur
- 1 tam ve ¼ su bardağı kahverengi veya kırmızı mercimek
- 5 su bardağı su
- 2 yemek kaşığı domates salçası
- 1 yemek kaşığı biber salçası
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- 2-3 yemek kaşığı tereyağı
- 1-2 yemek kaşığı pul biber
- 1 tatlı kaşığı kimyon
- 1 tatlı kaşığı çiğ köftelik baharat
- 1 demet maydanoz
- 5-6 dal yeşil soğan
- 1 bağ samut (salamura dereotu)

Mercimeği ayıklayın ve yıkayın. 5 su bardağı su ile haşlayın. Haşlanan mercimeğe bulgur ve tuz ilave ederek karıştırın. 3-5 dakika kısık ateşte pişirin. Ocaktan alın, 30 dakika ağzı kapalı bir şekilde dinlendirin. Soğanları küp şeklinde doğrayın. Zeytinyağı ile pembeleştirin. Daha sonra tereyağı ve salça ilave edin. Ateşten alın. Baharatlarını kattıktan sonra dinlenmiş bulgura karıştırın. Bir bardak suyun birazını içine koyarak, birazını da eli ıslatarak yoğurun. Doğranmış yeşillikleri ve samutu katın. Bir iki dakika tekrar yoğurun. Sıkım yaparak şekil verin. Servis tabağına alın.

