



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MERCİMEKLİ ÇİĞ KÖFTE

2 su bardağı İnce Bulgur
1 su bardağı İnce Mercimek
1 Adet Soğan
1 Çorba Kaşığı Biber Salçası
1 Çorba Kaşığı Domates Salçası
Bir miktar Tuz
Bir miktar Karabiber
Bir miktar Pulbiber
1 demet yeşil soğan
1 demet maydanoz

Mercimeği haşlıyoruz. Bulguru sıcak su ile ıslatıyoruz. Soğan ve yeşil soğanı ince bir şekilde doğruyoruz. Geniş bir kabın içinde mercimek, bulgur, soğan, salçalar, tuz, karabiber, pulbiber ve doğranmış maydanozu koyup karıştırıyoruz. Servis tabağına kıvırcık seriyoruz. Köftemizden parçalar kopartıp koyuyoruz.