



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEKLİ HİNDİ BONFİLE

- 4 adet Banvit Hindi Bonfile
- 60 gr tereyağı
- 1 adet orta boy soğan (ince kıyılmış)
- 500 ml piliç suyu
- 150 gr kırmızı mercimek
- 150 gr bulgur
- 7 çorba kaşığı krema
- 4 çorba kaşığı parmesan peyniri
- Tuz, karabiber (arzu edilen miktarda)
- 10 çorba kaşığı pesto sos

Isıtılmış 40 gr yağa soğanları katın, karıştırarak soğanlar yumuşayınca kadar 2-3 dak. soteleyin. Piliç suyunu ilave edin, kaynama noktasına kadar ısıtın. Kırmızı mercimeği unlu suyu gidinceye kadar yıkayın. Mercimek, bulgur, tuz ve karabiberi kaynar piliç suyuna ekleyin, kısık ateşte bulgur ve mercimek suyunu çekinceye kadar ve hafif diri kalacak şekilde 7-8 dak. pişirin. Krema ve parmesan peynirini katıp harmanlayın. Etleri iki streç arasında döverek hafifçe inceltin, üzerlerine pesto sos sürün. Kalan yağ ısıtın ve her iki taraflarını hızlı ateşte 3'er dak. pişirin, ateşi kısın ve etleri istediğiniz kıvamda pişirip her bir dilimi 4'e kesin. Etleri bulgurlu mercimek üzerine yerleştirin, üzerlerine kalan pesto sosunu gezdirerek servis yapın.

