



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SARI MERCİMEK KÖFTESİ

2 su bardağı sarı mercimek
1 su bardağı ince bulgur
Haşlamak İçin:
3 su bardağı su
İçerik İçin:
1 adet soğan
5-6 adet yeşil soğan
1 demet taze maydanoz
1 su bardağı sıvı yağ
1 yemek kaşığı domates salçası
1 tatlı kaşığı biber salçası
Tuz
Pul biber
Kimyon

Mercimeklerin üzerine su döküp, orta ateşte kaynamaya bırakıyoruz. Kaynadığında kapağını kapatıp kısık ateşe alarak suyunu çektiyoruz ve pişmeye bırakıyoruz. Suyunu çektiğinde ocaktan indirip, içine ince bulgur döküp, iyice karıştırıyoruz. Kapağını kapatarak bulgurun şişmesi için 10 dakika kadar dinlendiriyoruz. Tavaya sıvı yağ döküp, küp doğranmış soğanları ekliyoruz. Soğanlar saydamlaştığında salçaları ilave edip kavuruyoruz. Pişirdiğimiz sosu, dinlenen mercimek ve bulgurun üzerine döküyoruz. Ilık oluncaya dek kaşıkla iyice karıştırıyoruz. Yeşillikleri incecik kıyıp üzerine ilave ediyoruz. Tuz ve baharatlarını da katıp, tüm malzemeler iyice karışuncaya dek elimizle yoğuruyoruz. Hazırladığımız harcımızdan parçalar kopararak elimizle ister sıkarak istersek yuvarlak şekiller veriyoruz.

Not: Sarı mercimeğin iki çeşidi vardır. Biri kırmızı mercimek gibi ince olanıdır ve bu ölçülerle çabuk pişenidir. Diğer çeşidi ise, iri taneli olanıdır. Daha geç piştiği için pişme suundaki su miktarı bir bardak kadar artırılabilir.