



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

VEJETARYEN YEŞİL MERCİMEK

2 su bardağı yeşil mercimek
Yarım çay bardağı zeytinyağı
1 adet soğan
1,5 - 2 yemek kaşığı domates salçası
Tuz

Yeşil mercimekler tencereye alınır.

Üzerine su eklenerek orta hararetli ateşte haşlanır.

Yarı bir tavada zeytinyağı ve yemeklik doğranmış soğanlar kavrulur.

Soğanlar biraz öldükten sonra salça eklenir.

5-10 dk daha kavrulur.

Yeşil mercimekler biraz yumuşamaya başlayınca bu salçalı karışım yemeğe eklenir.

Tuzu ilave edilir ve kısık ateşte pişmeye bırakılır.

Mercimekler iyice pişince altı kapatılır.

