



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

VİŞNELİ LOKMALIK MERCİMEK KÖFTESİ

Mercimek 1 su bardağı
SuperFresh Vişne 1 su bardağı
İnce Köftelik Bulgur 1,5 su bardağı
SuperFresh Soğan 1 bardak
Maydanoz Yarım demet
Sıvı yağ Yarım çay bardağı
Taze soğan 1 demet
Salça 2 yemek kaşığı
Su 3 su bardağı
Tuz 2 tatlı kaşığı
Pul Biber 1 tatlı kaşığı
Nane 1 tatlı kaşığı
Limon suyu 1 adet limonun

Mercimekleri yıkayıp suyu süzdürülür ve üzerine 3 su bardağı su eklenip yumuşayınca kadar pişirin.
SuperFresh Vişneleri sıcak suya sokup çıkarın.
İçerisinde bulgurların şişmesine yetecek kadar su koyun yoksa yarım çay bardağı su ilavesi yapılabilir.
Mercimeklerin üzerine ince bulgur eklenip karıştırılır ve yarım saat tencerenin kapağı kapalı olarak bekletin.
SuperFresh Tatlı Beyaz Soğanı tavaya koyun. Yarım çay bardağı sıvı yağ ve 1 tatlı kaşığı tuz ilave edip kavurun.
Soğan kavrulduktan sonra içerisine 2 yemek kaşığı salça ekleyip biraz kavrulduktan sonra ocaktan alın.
Maydanozları ve yeşil soğanı yıkayıp ayıklayın, ince ince doğrayın.
Mercimekli karışımı geniş bir yoğurma kabının içerisine alın.
Üzerine salçalı sos, 1 tatlı kaşığı tuz ve baharatlar ilave edilip güzelce harmanlayın.
Daha sonra doğranan yeşillikleri, vişneyi ve limon suyunu da ilave edip iyice yoğurun.
Köfte hamurundan ceviz büyüklüğünde parçalar kopartıp yuvarlayarak şekillendirin.