



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YEŞİL MERCİMEKLİ KÖFTE

Yarım kg kıyma
1 su bardağı yeşil mercimek
1 adet kuru soğan
1 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı kimyon
1 tatlı kaşığı tuz

Mercimek akşamdan ıslatılır, ertesi günü yumuşayana kadar haşlanır. Kıyma, suyu süzölmüş mercimek, rendelenmiş soğan, ezilmiş sarımsak ve baharatlar çukur bir kaba konur ve bütünleşene kadar yoğrulur. Köfte harcından küçük toplar alınır ve yağlanmış fırın kabına dizilir. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında yarım saat pişirilir.

[ML® Yeşil Mercimek Köftesi için tıklayın](#)