



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler© Mutluluklar Diler

YEŞİL MERCİMEK KÖFTESİ



1 su bardağı yeşil mercimek
2 su bardağı ince bulgur
1 adet kuru soğan
1,5 çay bardağı sıvıyağ
Yarım çorba kaşığı domates salçası
Yarım çorba kaşığı biber salçası
5-6 adet taze soğan
1 küçük demet maydanoz
2 yaprak kıvırcık
1 tatlı kaşığı tuz

- # Bir gece önceden mercimek yıkanır, suyu süzülür, bir tencereye konur. Üzerine 7 su bardağı su konur.
- # Ertesi günü yumuşayana kadar haşlanır. Bulgur aynı suya eklenir, karıştırılır, ateşten alınır, kapağı kapatılır.
- # Bulgur şişerken ince kıyılmış kuru soğan yağda pembeleştirilir. Üzerine domates ve biber salçası eklenir, bir kaç dakika çevrilir, tuz katılır.
- # Mercimekli karışımın üzerine kavrulmuş soğan konur, karıştırılır. Tamamen soğuması beklenir.
- # Tamamen soğuyunca bütünleşene kadar yoğrulur. Solmaması için en son çok ince kıyılmış taze soğan, maydanoz, kıvırcık eklenir, kısa süre yoğrulur.
- # Köfte harcından çiğ köfte şeklinde köfteler yapılır.
- # Kıvırcık yapraklarıyla servise sunulur.

Not: Yeşil mercimek köftesi Malatya'ya özgü bir tariftir.