



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

MERCİMEK KÖFTESİ



2 Su bardağı kırmızı mercimek
1 Su bardağı kötelik bulgur
1 Adet iri kuru soğan
1 Çorba kaşığı biber salçası
7 Adet yeşil soğan
Yarım demet maydonoz
1 Çay bardağı sıvıyağ
2 Tatlı kaşığı tuz

- # Mercimek, 5 su bardağı suyla düdüklü ya da normal tencerede ufalanana kadar pişirilir.
- # Mercimek iyice piştikten sonra üzerine yıkanmış kötelik bulgur konur ve üzeri kapalı olarak bulgurun bir süre demlenmesi sağlanır.
- # Bulgur dinlenirken, ince doğranmış soğan sıvıyağda orta ateşte kavrulur.
- # Soğanlar iyice yumuşayıp pişince, biber salçası ve tuz eklenip karıştırılır ve ocaktan alınır. Soğumaya bırakılır.
- # Diğer taraftan üzeri kapalı bekleyen, mercimekli bulgurun kapağı açılır ve kaşıkla iyice karıştırılır.
- # Karışımın üzerine en son çok ince doğranmış maydonoz ve taze yeşil soğan eklenir.
- # Bütün malzemeler homojen olacak şekilde karıştırılır.
- # Malzemedan, köfte gibi parçalar alınır ve şekillendirilir.
- # Marul yaprakları ile servis yapılır.

Not: Maydonoz ve yeşil soğan köfteye katılmadan önce, mercimekli karışımın soğumuş olması gerekir, aksi halde yeşil malzemenin rengi solar.