



Rezept Mercimek Köftesi (Türkei)

Zutaten:

- 1 Tasse Rote Linsen
- 1.5 Tassen Bulgur
- Ein paar Blätter Salat (für die Dekoration)
- Getrocknete Zwiebeln
- Frische Petersilie
- 2 EL Tomatenmark
- 1 EL Olivenöl
- Salz, Kreuzkümmel, Chiliflocken, Pfeffer

Zubereitung:

Die Linsen waschen, in einen geeigneten Topf geben und 3 Tassen Wasser hinzufügen. Kochen Sie sie, bis sie weich sind.

Wenn das Wasser aufgesaugt ist, den Bulgur dazugeben und den Deckel des Topfes eine halbe Stunde lang geschlossen halten.

In einer separaten Pfanne die fein geschnittene Zwiebel in Öl anbraten, bis sie leicht rosa wird, das Tomatenmark dazugeben und noch 1-2 Minuten weiterbraten, dann vom Herd nehmen.

Die Zwiebel mit dem Tomatenmark zu den Linsen geben, die eine halbe Stunde lang geruht haben, und die Mischung gut durchkneten, wenn sie eine Temperatur erreicht hat, an der man sich nicht die Hände verbrennt.

Salz und Gewürze in die gut gemischte Masse geben und nochmals durchkneten.

Zum Schluss die fein gehackte Petersilie und die fein gehackte grüne Zwiebel hinzufügen. Die Zutaten gut vermischen.

Nachdem die Masse etwas abgekühlt ist, alle Zutaten mit der Hand durchkneten und eiergroße Stücke abstechen.

Die Frikadellen formen und auf Salat- oder Rucolablätter legen.