



KIRAZ'IN
MUTFAğI



Kırmızı Mercimekli Sebze Köftesi



Süre: 50 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 20 dakika

>> **Piştirme Süresi:** 30 dakika

>> **Kaç Kişilik:** 4 kişilik

Malzemeler:

- 1 su bardağı kırmızı mercimek
- 1 havuç
- 1 kabak
- 1 kuru soğan
- 1 yumurta
- 3 yemek kaşığı yulaf unu
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- Tuz ve kimyon

Alerjen Uyarısı:

⚠ **İçerir:** Yumurta, gluten içeren tahıllar (yulaf).

Ön Hazırlık:

Sebze, yeşillik ve tahılları yıkadıktan sonra iyice süzün. Ölçüleri hazırlayıp sosu ayrı kapta karıştırmak daha dengeli kıvam ve tat sağlar.

Servis Önerisi:

Yoğurtlu sos ve salatayla servis edin.

Yapılışı:

1. Mercimeği pişirin:

- Suyunu çekene dek haşlayıp soğutun.
- Sürenin sonuna doğru tadıp kıvamını kontrol edin. Süzdükten sonra sudan geçirmeyin; yüzeydeki nişasta sosun daha iyi tutunmasına yardım eder.

2. Sebzeyi hazırlayın:

- Rendeleyip suyunu sıkın.



- Sebzelerin rengini ve diri dokusunu korumak için gereğinden uzun işlem uygulamayın.

3. Harcı kurun:

- Tüm malzemeyi karıştırıp şekillendirin.
- Parçaları mümkün olduğunca eşit hazırlayın; harcı kenarlara taşırmadan paylaşın. Bu, hem düzgün görünüm hem de eşit pişme sağlar.

4. Pişirin:

- 190°C fırında iki yüzünü kızartın.
- Tavayı önceden ısıtın ve malzemeyi üst üste yığmayın. Ara vermeden karıştırmak yerine renk alması için kısa aralıklarla çevirin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Köfteler dıştan renk alıp biçimini korumalıdır. Bir tanesini ortadan açarak iç kısmının sıcak ve tamamen pişmiş olduğunu kontrol edin.

>> **İpucu:** Harcı 15 dakika dinlendirin.

Kiraz'ın
Mutfağı