



KIRAZ'IN
MUTFAĞI



Mercimekli Sebzeli Mini Köfte



Süre: 50 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 25 dakika

>> **Piştirme Süresi:** 25 dakika

>> **Kaç Kişilik:** 18 adet

Malzemeler:

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

Alerjen Uyarısı:

△ **İçerir:** Yumurta ve gluten içeren tahıllar.

Ön Hazırlık:

Mercimeği ayıklayıp berrak su çıkana kadar yıkayın. Kabak ile havucu rendeleyin ve kabağın suyunu sıkın. Fırını 190°C alt üst ayarda ısıtıp tepsiyi hazırlayın. Soğanı küçük doğrayın. Haşlanmış mercimeğin tamamen soğuması için hazırlığa erken başlayın.

Servis Önerisi:

Mini köfteleri yoğurtlu sos ve renkli biber çubuklarıyla ara öğünde veya gün içinde servis edin.

Yapılışı:

1. Mercimeği pişirin:

- Mercimeği üzerini az geçecek suyla yumuşayana ve suyunu tamamen çekene kadar kısık ateşte pişirin.



- Tencereyi ocaktan alıp mercimeği geniş tabağa yayın ve buharı çıkıp tamamen soğuyana kadar bekletin.

2. Sebzeleri hazırlayın:

- Soğan, havuç ve kabağı bir kaşık yağla yüksek ateşte fazla sularını atana kadar kısa süre çevirin.
- Sebzeleri ezmeden pişirin, ocaktan alın ve mercimekle birleştirmeden önce soğutun.

3. Köfte harcını kurun:

- Mercimek, sebzeler, yumurta, yulaf unu, maydanoz ve baharatları yoğurun.
- Harcı on dakika dinlendirin ve biçim almıyorsa yulaf ununu birer kaşık artırın.

4. Şekillendirip pişirin:

- Küçük köfteler hazırlayıp tepsiye dizin ve yüzeylerine kalan yağı sürün.
- Köfteleri pişirmenin ortasında çevirerek iki yüzü renk alana ve merkezleri tamamen ısınana kadar fırınlayın.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Köfteler spatulayla kaldırıldığında dağılmamalı, dış yüzeyleri hafifçe kabuklanmalı ve içleri yumuşak kalmalıdır. Islak yumurta görünümü olmamalıdır. Harç yayılıyorsa sebzeler yeterince suyunu çekmemiştir. Çok fazla yulaf unu eklemek köfteyi kuru yapar, bu nedenle önce dinlenme süresini tamamlayın.

Saklama:

Köfteleri tamamen soğuttuktan sonra kapalı kapta buzdolabında üç güne kadar saklayın veya tek kat dondurun. Ev dışında taşırken soğuk tutun. Yoğurtlu sos kullanacaksanız ayrı sızdırmaz kap ve buz aküsü ekleyin.

>> **İpucu:** Mercimeği suyunu tamamen çektilererek pişirmek, harcın dağılmadan biçim almasını ve gereksiz un kullanımının azalmasını sağlar.