



Kefta De Lentille

Mercimek Köftesi



2 tasses de lentilles rouges
1 tasse de boulgour pour kefta
1 oignon grand
1 cuillère à soupe de pâte de poivron rouge
7 oignon vert
½ botte de persil
1 tasse à thé d'huile végétale
2 cuillère à café de sel

- # Laissez cuire les lentilles dans une cocotte-minute ou une casserole.
- # Quand les lentilles sont cuites, rajoutez le boulgour et laissez cuire avec le couvercle fermé.
- # Pendant que le boulgour se repose, laissez cuire l'oignon coupé finement dans l'huile.
- # Quand les oignons se ramollissent, rajoutez de la pâte de poivron rouge et du sel puis mélangez et retirez du four. Laissez refroidir.
- # De l'autre côté, ouvrez le couvercle du boulgour qui attend, puis mélangez avec une cuillère.
- # Rajoutez sur le mélange, du persil et l'oignon vert finement coupé.
- # Mélangez tous les ingrédients de façon homogène.
- # Prenez des morceaux puis donnez la forme de kefta.
- # Servez avec des feuilles de laitue.

N-B: Avant de rajouter le persil et l'oignon, le mélange de lentille doit être froid, sinon ils seront décolorés.