



## Polpetta di Lenticchie Verde

Yeşil Mercimek Köftesi



1 bicchiere di lenticchie verde  
2 bicchieri di bulgur (grano in polvere)  
1,5 bicchierini olio  
Mezzo cucchiaino salsa di pomodoro  
5-6 cipolle fresche  
1 mazzetto di prezzemolo piccolo  
2 foglie di insalata  
1 cucchiaino di sale

# Lenticchie si lavano una notte prima poi si filtra non si mettono in una pentola alla sua prassi aggiungono 7 bicchieri d'acqua.

# Il giorno dopo si bollisce finché diventano morbide poi si aggiunge il bulgur e si miscela poi si leva dal fuoco che si coperta il coperchio.

# In questo momento cipolle si arrossisce nell'olio finché cambia il colore alla sua Pan si aggiungono salsa di pomodoro e di pepe si arrostisce ancora per un po' e si aggiunge il sale.

# Sopra delle lenticchie bollite si mette la miscelata di cipolla che si aspetta per freddare.

# Dopo aver freddato completamente si impasta bene poi si aggiungono cipolle freschi e per state prezzemoli e insalata.

# Dalla miscelata di polpetta si fanno le polpette.

# Servirsi insieme con foglie di insalata.

**Nota:** Polpetta di lenticchie verde ed una ricetta riservata della zona di Malatya.