



## Polpetta con Tahini

Tahinli Köfte



2 bicchieri di bulgur  
1 bicchierino di lenticchie rosse  
2 cipolle  
1 bicchierino olio d'oliva  
3 cucchiai di tahini  
2 spicchi d'aglio  
Mezzo mazzetto di prezzemolo  
1 cucchiaiino di sale

- # Primamente lenticchie si bollisce con l'acqua dopo bulgur si lava poi alla sopra si aggiungono lenticchie bollite insieme con poca l'acqua.
- # Poi le cipolle si tagliano Infine dopo si arrossiscono con olio d'oliva.
- # Dopo si aggiunge sopra di lenticchie e si miscelano due o tre minuti.
- # Dopo si aggiungono sale aglio prezzemolo e tahini.
- # Si impostano ancora per un po' dopo si fanno le polpette grandezza di cucchiaio.
- # Servirsi insieme con foglie di prezzemolo.

Nota: Se volendo di avere il gusto un po' aspro si può aggiungere 1 cucchiaio di melagrana.