



## Polpetta di Lenticchie

Mercimek Köftesi



2 bicchieri lenticchie rosse  
1 bicchiere grano fino per polpetta  
1 cipolla secca grossa  
1 cucchiaio salsa di pepe  
7 cipolle verdi  
Mezzo mazzetto di prezzemoli  
1 bicchierino di olio vegetale  
2 cucchiaini di sale

# Lenticchie si cucina con 5 bicchieri d'acqua in una pentola.

# Dopo che cucinato lenticchie, sopra si aggiunge grano fino e si coperta il coperchio così si aspetta di cucinarsi un pò dei grani.

# Durante riposamento dei grani la cipolla tagliata finemente si arrossisce nel olio vegetale.

# Dopo arrossimento delle cipolle sopra si aggiungono la salsa di pepe e sale , si miscelano bene e poi si toglie dal fuoco. Si lascia a freddare.

# In questo momento si apre il coperchio di lenticchia con grano si miscela di nuovo con cucchiaio.

# Sopra della miscelata l'ultimamente si aggiungono prezzemoli tagliati finemente e cipolle fresche tagliate finemente.

# Poi si mescolano bene tutti i materiali che diventano omogeneamente.

# Dalla miscelata si prendono i pezzi com'è di polpetta. Poi si danno le figure a questi pezzi.

# Si servirsi con le foglie d'insalata.

Nota: La miscelata di lenticchie deve essere freddata prima di aggiungersi prezzemoli e cipolle fresche.  
Altrimenti si cambiano i colori dei materiali verdi.