



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецептыз

Котлеты из Чечевицы

Mercimek Köftesi



2 стакана красной чечевицы
1 стакан мелкомолотой пшеницы
1 крупный репч. лук
1 стол.ложка пасты свежего перца
7 веточек зелёного лука
Пол пачки петрушки
Пол стакана раст.масла
2 чайн.ложки соли

- # Чечевицу сварить в 5-ти стаканах воды, в скороварке или в кастрюле.
- # Когда чечевица станет мягкой, добавить мытую пшеницу, закрыть крышкой и дать настояться.
- # Пока пшеница разбухает, лук обжарить на раст.масле, на среднем огне.
- # Когда лук станет мягким, добавить пасту свеж.перца, соль, помешать и снять с огня. Оставить остывать.
- # Крышку кастрюли (с чечевицей и пшеницей) открыть и хорошо перемешать.
- # Добавить мелко рубленную петрушку и зелёный лук.
- # Все продукты хорошо перемешать.
- # Сформировать котлеты.
- # Подавать к столу с листьями салата.

Для того, чтобы петрушка и зелён.лук сохранили свежий и зелёный цвет, их нужно добавлять когда чечевица и пшеница остынет.