

## MERCIMEKLI KÖFTE / LINSENKÖFTE / VEGAN / FINGERFOOD



Mercimekli köfte, das ist eine türkische Vorspeise, welche ich aber auch gerne als Hauptspeise esse. Die Masse besteht aus roten Linsen, einer Kartoffel und feinem Bulgur und schmeckt total würzig, säuerlich und wer möchte – leicht scharf. Die „Frikadellen“ sind vegan und können auch wunderbar vorbereitet werden. Wir essen sie gerne mit einem Salatblatt und Granatapfelsirup – wegen dem Salatblatt kann man es wunderbar aus der Hand essen.



Zubereitungszeit

**90 Minuten**



Kühlzeit

**30 Minuten**

### ZUBEREITUNG

Schäle die Kartoffel und schneide sie in feine Würfel. Wasche die Linsen unter fließendem Wasser und gib nun die Linsen, das Wasser und die Kartoffeln in einen Topf und lasse die Zutaten aufkochen. Decke den Topf ab und schalte den Herd auf mittlere Stufe zurück. Gare die Linsen mit den Kartoffeln etwa 25 Minuten, bis alles weich ist. Die Masse muss so weich sein, dass man sie mit dem Kochlöffel zerdrücken kann. Schalte den Herd aus. Füge nun den Bulgur hinzu und lasse ihn abgedeckt etwa 10 Minuten ziehen.

Erhitze das Öl in einem separaten kleinen Topf. Schäle die Zwiebel und schneide sie in Würfel. Brate die Zwiebelwürfel etwa 5 Minuten im Öl bei mittlerer Stufe an. Füge dann das Tomaten- und Paprikamark hinzu und rühre die Zutaten ein. Lasse nun die Linsenmasse und die Zwiebeln leicht abkühlen.

Verknete nun die Linsen-Bulgur-Masse mit den Zwiebeln, den Gewürzen, den gehackten Frühlingszwiebeln und der Petersilie.

Forme nun kleine Bällchen oder forme die Mercimek Köfte in der typischen Frikadellenform.

Serviere sie mit einem knackigen Kopfsalat, Endiviensalat oder anderen knackigen Salaten. Ich würze sie gerne noch mit Granatapfelsirup und Chili.

Das Mercimek Köftesi ist im Kühlschrank gelagert mehrere Tage haltbar und kann auch vorbereitet werden.

Viel Spaß beim Nachmachen!  
Eure Sally <3

### MERCIMEK KÖFTESI:

- 1** Kartoffel
- 450 g** rote Linsen
- 800 ml** Wasser
- 180 g** Bulgur (fein)
- 50 g** Öl
- 3** Zwiebeln
- 2 EL** Paprikamark
- 2 EL** Tomatenmark
- 6** Frühlingszwiebeln
- ½** Petersilie (glatt)
- 2** Zitronen (Saft)
- 2 TL** Salz
- 1 TL** Chili
- 1 TL** Pfeffer

### ZUM ANRICHTEN:

- 1** Salat (z. B. Kopfsalat oder Eisbergsalat)
- Granatapfelsirup
- Chili