

Leckerste Linsenlaibchen

von MiKa - Mittwoch, April 10, 2019

<https://mikablog.de/genuss/leckerste-linsenlaibchen/>

Ich bin ja nun bekennender Karnivore. Ich mag Fleisch in (fast) allen Variationen. Es muss aber nicht IMMER Fleisch sein. Vor allem dann nicht, wenn es sowas leckeres wie Mercimek Köfte gibt.((Man sieht: Auch in der Türkei sind [Köfte](#) nicht immer aus Hackfleisch.))

Das Deutsche hat dafür das wunderschöne Wort Linsenlaibchen.

Da dieses Gericht nicht viel Arbeit macht, sehr gut vorbereitet werden kann, viele satt macht und auch noch hervorragend schmeckt, gibt es keinen Grund, es nicht regelmäßig auf den Speiseplan zu setzen.

Linsen mögen wir eh gern. Mujaddara zum Beispiel hat es in Nullkommanix auf unsere Bestenliste geschafft. Dort werden ganz sicher auch die Mercimek Köfte landen.



So sieht das ganze aus, wenn die Laibchen ordentlich geformt sind (Foto aus dem Netz).

Die Rezepte, die man so findet, unterscheiden sich praktisch alle minimal. Mal eine Zutat mehr oder weniger, mal variieren die Mengen geringfügig. Ich gebe hier mal meine Variante weiter, bei der ich auch leicht improvisieren musste. Es gab jedoch nix zu meckern. Paprikapaste etwa gab es in unserem Kaff nicht. Man kann aber auch Tomatenmark nehmen.((Beim Türken kann man Salça bekommen, eine Mischung aus Paprika- und Tomatenmark. Das wäre perfekt.)) Und milden [Pul Biber](#) hatte ich da. Etwas frischen roten Paprika auch. Zudem ein wenig geräucherten Paprika (Pulver). Bei Minze musste ich passen - unsere im Garten ist noch nicht soweit. Geht aber auch ohne.

Den ersten Schwung Laibchen direkt nach dem Kochen habe ich auch nicht akkurat geformt. Die Masse war schlicht noch zu heiß. Aber ich konnte/wolle nicht warten. So habe ich einfach einen Klecks auf je ein halbes Salatblatt gegeben. Ging auch. Später habe ich dann auch brav Laibchen geformt. ;)

Ich empfehle übrigens dringend, die Linsenlaibchen mit selbstgemachtem Cacik (Zaziki) zu servieren. Ein Gedicht!

Mercimek Köfte

Mengen für etwa 30 Stück

Zutat 1

200 g rote Linsen
250 g Bulgur, fein
1 TL Salz

Zutat 2

2 mittlere Zwiebeln
4 Zehen Knoblauch
1 roten Paprika sehr fein geschnitten
3 TL Tomatenmark (oder 1.5 Tomatenmark und 1.5 Paprikamark)
2 EL Olivenöl
1 TL Pul Biber (oder 1 EL mildes Paprikapulver)
etwas Chili
1 EL (ja!) Kreuzkümmel (Cumin)

Zutat 3

1 Bund glatte Petersilie
Saft einer Zitrone (oder Limone)
4 EL Olivenöl
Salz und Pfeffer
4 Lauchzwiebeln
1 Romanasalat (zum Anrichten)

Zaziki

400 g festen Joghurt (griechisch/türkisch)
1 Salatgurke
4 Zehen Knoblauch
Saft einer halben Zitrone
Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Zunächst die roten Linsen für ca. 12 bis 15 Min. auf kleiner Flamme in Salzwasser kochen. Das Wasser sollte anfangs so zwei Fingerbreit über den Linsen stehen. Dann den Bulgur zugeben und weitere 5 Min. köcheln lassen. Notfalls etwas (!) Wasser zugeben. Dann durchrühren und ohne

- Hitze nochmals 10 Minuten quellen lassen. Die Masse soll weich, aber nicht matschig sein.
2. In der Zwischenzeit die klein geschnittenen Gemüsezwiebeln in Olivenöl kurz anschwitzen, Knoblauch und alle weiteren Zutaten aus -2- zugeben. Alles kurz erhitzen und gut mischen. Abkühlen lassen.
 3. In einer ausreichend großen Schüssel die Linsen-/Bulgurmasse und die Würzmischung aus der Pfanne gut mischen. Die kleingeschnittenen Lauchzwiebeln, die Petersilie, Olivenöl und Zitronensaft zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und wieder gut durcharbeiten.
 4. Die Mischung etwas abkühlen lassen und dann mit den Händen oder zwei Esslöffeln die Laibchen formen.((Man kann sie auch noch in Sesamsaat wälzen. Schmeckt sicher auch gut.)) Jeweils eines auf ein halbes Blatt Romanasalat legen. Zusammen mit Zitronenspalten und gerne auch Paprikastücken auf einem Servierteller nett anrichten.
 5. Für das Zaziki die Gurke schälen, vom weichen Inneren befreien und fein reiben. Mit dem Joghurt, dem gepressten Knoblauch und dem Saft einer halben Zitrone mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und einige Zeit ziehen lassen. Zusammen mit den Linsenlaibchen servieren. Bon appétit!