

Addis Ababa Mercimekli Injera Rulosu

Toplam 44 dk

Hazırlama 16 dk · Pişirme 28 dk

4 kişilik

Orta

~310 kcal

Etiyopya usulü mercimekli injera rulosu, ekşi injera ekmeğini berbere baharatlı kırmızı mercimek ezmesiyle doyurucu bir dürüme çevirir.

Malzemeler

- 4 adet Injera
- 1.5 su bardağı kırmızı mercimek
- 1 tatlı kaşığı Berbere baharatı
- 1 adet Soğan
- 0.8 su bardağı Domates püresi
- 2 yemek kaşığı sıvı yağ

Yapılış

- Soğan yağda 5 dakika yumuşayana kadar pişirin.
- Berbere ve domates püresini ekleyip 4 dakika kavurun.
- Mercimek ve sıcak suyu katıp 8 dakika koyu kıvamda pişirin.
- Mercimek ezmesini 10 dakika iletin.
- Injera içine harc sürüp sıklıkla yapın.

PÜF NOKTASI

Mercimeği koyu bırakmak için içinde akması engeller.

SERVIS ÖNERİSİ

Limon ve taze salatayla birlikte servis edin.