



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ULLUK FÜME

2 ulluk palazının fileleriyle butlarının dışındakileri parçalayıp bir tencereye koyunuz. Doğranmış 1 orta soğan, 1 havuç, 2 karanfil, bir çimdik hindistancevizi, 1 bük e garni ilâve edip ateşte biraz döner gibi olduktan sonra köpüğünü alıp hafif ateşe çekiniz. Birbuçuk saat hafif ateşte pişmeye bırakınız. Bundan sonra şinuvadan geçirip yağını alınız. Serin bir yerde saklayınız.

Not: Alaca, sığircık, tarla kuşları aynı yöntemle yapılır. Fakat tarla kuşu 10 adet olmalıdır.