



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DENİZ BÖRÜLCESİ

1-2 demet deniz börülcesi

1 Adet Limon

5-6 Diş Sarmısak

1 Tutam tuz

1/2 Çay Bardağı zeytinyağı

Deniz börülcelerini saplarıyla beraber yıkıyoruz ancak hemen kumunu akıtamayacağı için sirkeli suda 20 dakika kadar bekletelim. Daha sonra düdüklü tencereye alarak 1.5 litre kadar suyu da koyarak yaklaşık 30 dakika kadar pişirelim. Daha sonra ılımasını bekleyerek saplarından aşağı doğru çekerek ayıralım. Limon, sarımsak, zeytinyağı ve tuzu çırparak iyi bir sos haline getirelim. Soğuyan börülcelerin üzerinde gezdirerek dökelim.