



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ ERİK (KAHRAMANMARAŞ)

Kahramanmaraş Valiliği
Hacı Ali Özturan

Yarım kilo çagla erik
150 g kusbasi et
1 çay bardağı nohut
2-3 yemek kasığı yemeklik yağ
1 soğan
1 yemek kasığı karışık salça
Tuz

Nohutlar aksamdan ıslanır.

Bir tencereye yemeklik yağ alınır. Üzerine 1 soğan doğranarak soğanlar pembelesinceye dek kavrulur. Sonra kusbasi etler ve nohutlar konarak kavurma sürdürülür. Üzerine 1 yemek kasığı karışık salça konur. Yemegin suyu sıcak olarak konduktan sonra tuz atılır ve tencerenin kapagi kapatılarak etler yumusayincaya dek pisirilir. Etler pistikten sonra erikler konur ve erikler pisinceye dek pisirilir.

Etlı erigin yanında bulgur pilavı ve ayran bulundurulmalıdır.

Not: Olgunlasmamis, çagla erige Maras'ta "incoz" denir. Bu nedenle bu yemege "incoz sulusu" da denir. Çagla erik genelde tuza banılarak yense de yılda bir iki kez sulu yemegi yapılarak bulgur pilavıyla yenmektedir.