



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ KARA PANCAR (BAYBURT)

Bayburt Valiliği

1 Kase kurutulmuş evelik (haşlanmış)
250 gram kuşbaşı
2 adet kuru soğan
1 su bardağı haşlanmış yeşil mercimek
1 su bardağı bulgur
2 çorba kaşığı salça
Tuz
Karabiber

İnce kıyılmış soğanları yağda kavurun. Salça ve etleri ilave edin tekrar kavurun. Etleri suyunu çekinceye kadar sürekli karıştırın. Bir su bardağı su ekleyip etler yumuşayınca kadar pişirin. Haşlanmış yeşil mercimeği, bulguru, haşlanmış evelikleri, pişmiş etlerin üzerine dökün, kavurun. Suyunu ayarlayın yemeği kısık ateşte pişirin. Yemeğinizi ateşten alıp, beş on dakika dinlendirin, servis yapın.

