



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU BÖRÜLCE (GAZİANTEP)

1 su bardağı nohut
500 gram yağsız dana eti
750 gram taze börülce
1,5 kase süzme yoğurt
1 adet yumurta
3 çorba kaşığı zeytinyağı
2 çorba kaşığı margarin
Tuz
Karabiber
1 çay bardağa aspir
Yeterince su

Nohutu akşamdan ıslatın. İri parçalar halinde kestiğiniz eti bol suyla yıkayın ve tencereye aktarın. Üstünü örtecek kadar su ilave edin. Kaynarken arada bir üzerinde biriken köpükleri bir kaşık yardımıyla alın. Sonra nohutları ekleyin. Nohutlar da piştikten sonra ikiye ayırdığınız börülceleri ilave edin. Küçük bir tavada süzme yoğurdu ve yumurtayı özleşene dek karıştırın. Üzerine eti, nohutu ve börülceyi kaynattığınız sudan 1 kepçe ekleyin. Karıştırmaya devam edin. Çok ağır ateşte 15 dakika kaynatın. Eti kaynattığınız sudan 1 kepçe ekleyin. Bu karışımı tencereye ilave edin. Başka küçük bir tavada margarini eritin. Zeytinyağını ekleyin. Karabiber ve tuz ilave edin. Börülcenin üzerine dökün. Aspir serpererek, servis yapın.