



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ACI FİLİZ YEMEĞİ (BALIKESİR)

Hüsne Demirel - Hangül Karakuş

Acı filiz dağda bayırda çalı içinde olur.

Bıçakla kesilmez acı olur.

Taze uçları, kırılarak hazırlanır, yıkanır, haşlanır.

Üzerine sarımsaklı yoğurt dökülür ya da sirkeli zeytinyağı ile hazırlanır.