



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## ANNE KARMA KATMA

1 su bardađı ařurelik yarma  
8 adet kıyılmış taze soğan  
1 orba kaşığı biber salçası  
10-15 dalkiyılmış maydanoz  
1 adet limon  
1 ay bardağı zeytinyağı  
1 tatlı kaşığı tuz

Buđday akşamdan ıslatılır, ertesi gün şekli bozulmadan, yumuşayana kadar haşlanır, soğutulur. Diđer malzemeler eklenir ve karıştırılır.