



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AYRAN AŞI (KARS)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

1 adet soğan
1 bağ pazı
1 bağ dereotu
1 bağ maydanoz
1 kaşık kişniş
1.5 su bardağı kırık nohut
1.5 su bardağı mercimek
1 kase pirinç
1 kaşık sarı yağ
Köftesi için:
200 gram kıyma
1 tatlı kaşığı karabiber

Doğranan soğanlar bir yemek kaşığı sarı yağ ile kavrulur. Kalın ve diri doğranan pazılar da soğanlara eklenerek kavrulur. 200 gram kıyma 1 tatlı kaşığı karabiber ile yoğurularak nohut büyüklüğünde köfteler yapılır. Tencereye konulan sıcak suda pirinç, kırık nohut ve mercimek pazı ve soğanlarla haşlanır. Haşlanan malzemeye kişniş, doğranan dereotu ve maydanoz eklenir. 600 gram yoğurt suyla karıştırılarak ayran haline getirilir. Haşlanmış malzemeler soğuduktan sonra kepçeyle hazırlanan ayrana eklenir ve sunum yapılacağı kaseye aktarılır. Soğuk ayran aşı sunuma hazırdır.

