



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BAD (SİVAS)

<https://sivas-yemekleri.com>

1 bardak kısırlık bulgur
1 bardak yeşil mercimek
Yarım demet maydanoz
Yarım demet taze soğan
Yarım demet taze nane
1 yemek kaşığı domates salçası
Tuz
Pul biber
Karabiber
Kimyon
1,5 bardak su

Mercimek haşlandıktan sonra az sulu bırakılır. İçine bulgur atılır ve biraz kabarana kadar bekletilir. Maydanoz, taze soğan ayıklanıp yıkanır ince ince kıyılır. Daha sonra, mercimek ve bulgurun bulunduğu kaba ilave edilir, baharatlar da aynı şekilde ilave edilir hepsi karıştırılır, salçayı 1,5 bardak suyla eirtilip tüm malzemenin üzerine dökülür.

Genellikle salamura asma yaprağı ile servis edilir, badtan bir miktar asma yaprağın içine koyulup sarma yapar gibi sarıp elle yenilir.

