



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BAT (TOKAT)

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

2 su bardağı haşlanmış yeşil mercimek  
2 çorba kaşığı salça  
2 adet domates  
2 adet yeşil biber  
2 adet kuru soğan  
Yarım demet yeşil soğan  
Yarım demet maydonoz  
Yarım demet dereotu  
1 çay bardağı dövülmüş ceviz  
1 çorba kaşığı kuru reyhan  
1 fincan ince bulgur  
1 tatlı kaşığı pul biber  
Tuz  
200 gr. Üzüm yaprağı  
5-6 dilim ev ekmeği

Mercimek yıkanıp süzdürülür. Tencereye koyulup, üzerini 4-5 parmak geçecek kadar suyun içinde bir taşım kaynatıp köpüğü alınır. Ateşi kısılarak mercimekler yumuşayınca kadar haşlanır. İçine bulgur katıp, karıştırarak soğumaya bırakılır. Ceviz içi havanda hafif irice dövülür. Biberlerin saplarıyla tohumları temizlenir ve ince kıyılır. Domatesler ve soğan küp şeklinde doğranır. Taze otları ince ince kıyılır. Soğuyan mercimeğin içine salça, tuz, kırmızı biber, soğan, domates, yeşil biber ve yeşillikler eklenerek iyice karıştırılır. Ceviz içi serpilip karıştırarak haşlanmış asma yaprağı ve ev ekmeği eşliğinde servis yapılır.

