



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BATIRIK (MERSİN)

3 çay bardağı ince bulgur
3 olgun domates
1 büyük baş kuru soğan
250-500 gr kadar çiğ yarfıstığı
1 su bardağı çiğ susam (yerli)
½ demet maydanoz
3-4 sap taze nane
3-4 yeşilbiber
2 salatalık
1 tepeleme çorba kaşığı biber salçası
1 tepeleme çorba kaşığı domates salçası
1 tatlı kaşığı kuru nane
Yeteri kadar limon suyu
Tuz
Üzerine:
İnce doğranmış marul
Haşlanmış ve ince doğranmış bağ yaprağı
Haşlanmış ve ince doğranmış
Lahana yaprağı
Arzu edilirse taze soğan

İnce bulguru tepsiye koyun. Domatesle soğanı incecik kıyın. Bulgurun üzerine koyun. Karıştırıp bir kenarda bekletin.

Yarfıstığını kısık ateşte çevire çevire, karartmadan kavurun.

Ayrı bir yerde susamı devamlı çevirerek kısık ateşte az kavurun.

Bu ikisini havanda döverek (veya blendırda çekerek) macun haline getirin.

Maydanoz, nane, sivri biber ve salatalığı incecik çinterek doğrayın. Hazır dursun.

Salçaları, kuru naneyi ilave edin. Elinizde karıştırın.

Bulgur çok hafif yumuşayacak, çıtır çıtır olacak.

Kenarda duran yarfıstığı-susam macununu ilave edin. Biraz daha yoğurun.

En son, doğradığınız yeşillikleri, biberi, salatalığı ilave edin. Tekrar karıştırın. Arzuınıza göre tuzunu limonunu katın.

Önce sıkım sıkım köfteler yapın. Marul yapraklarının arasına koyarak yiyin.

Daha sonra geri kalanını buz gibi soğuk su ile sulandırın. Limonunu, tuzunu tekrar ayarlayın, buz ilave edin.

Tepsiyle sofraya getirin.

Üzerini incecik doğranmış marul, bağ yaprağı veya lahana ile süsleyin.

Yanında turşu veya taze süs biberi ikram edin.



© lezzetler.com tarif no:161384 • adi:Batırık (Mersin) • gönderen:Yemekhane • indirme tarihi:05.04.2025 - 03:17