



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BORANA (ÇAYIRLI ERZİNCAN)

Kuzeydoğu Anadolu Kalkınma Ajansı

- 1 kg. ıspanak
- 1 ay bardağı sıvı yağ
- 100 gr. kıyma
- 1 tatlı kaşığı salça
- 1 ay kaşığı tuz
- 1 kase yalancı köfte (Yoğurtlu gillor erisine konulan köfteler fındık büyüklüğünde yuvarlanarak elde edilir.)
- 1 tatlı kaşığı pul biber
- 1,5 tatlı kaşığı tuz
- 1 ay bardağı sıcak su
- 1 kg. yoğurt
- 4 diş sarımsak

İspanaklar sirkeli suda yıkanarak iyice temizlenir ve ince ince doğranır. Diğer taraftan geniş bir tava erisine sıvı yağ dökülerek salça kavrulur. Pul biber, ıspanak, tuz ve sıcak su atılarak pişirme işlemine devam edilir. İspanaklar öküp pişmeye devam ederken bir kase erisine kıyma, 1 tatlı kaşığı kadar salça ve tuz atılarak fındık büyüklüğünde köfteler elde edilir. Fındık köfteler ve yalancı köfteler birlikte ıspanağın erisine atılarak hafif sulu şekilde yemek 10 dk. daha pişirilir. Pişen yemek servis tabağına alınıp üzerine sarımsaklı yoğurt dökülerek servis edilir.

