



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BORONA YEMEĞİ (AFYONKARAHİSAR)

<https://www.afyonyemekleri.com>

Malzemeler:

- 1 kg pancar yaprağı
 - 1 adet soğan
 - 1 tatlı kaşığı tuz biber
 - 1 çorba kaşığı pirinç
 - 2 çay bardağı et suyu
 - 1 fincan sıvı yağ
- ### Üzeri için:
- 5 kaşık yoğurt
 - 3 diş sarımsak

Yapılışı:

Pancar yaprakları doğranır, bir tavanın içine sıvı yağ koyulur, soğanlar pembeleşinceye kadar kavrulur. Salçası, tuzu, biberi ilave edilir. Pancar yaprakları eklenir, biraz kavrulur pirinç ve et suyu ilave edilir. Piştikten sonra arzuya göre sarımsaklı yoğurtla servis yapılır.