



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## BUĞDAYLI KIŞ TÜRLÜSÜ

- 2 patates
- 1 soğan
- 1 su bardağı haşlanmış buğday
- 1 kırmızı biber
- 1 domates
- 2 yemek kaşığı salça
- 4 yemek kaşığı margarin
- 1 çay kaşığı tuz karabiber
- 2 su bardağı su

Tencereye margarini alalım içine doğranmış soğanları ekleyip kavuralım salça ekleyelim ardından doğranmış patates ve kırmızı biber ekleyelim domatesi de ekleyelim son olarak tuz karabiber ve buğdayı da ekledikten sonra 2 bardak su koyup suyu çekinceye kadar pişirelim.