



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇILBIR

<https://www.mpd.org.tr>

500 gr. Mercimek
1 su bardağı bulgur
2 baş soğan (kıyılmış)
150 gr. Kıyma
½ demet maydanoz
2 çorba kaşığı salça
Tuz

Mercimek sade suda biraz pişirilir. Sonra bulgur ve tuz ilavesiyle de pişirildikten sonra, yağ, kıyma, salça bir tavada kızartılır. yerli tabiriyle sahraç yapılır ve üzerine dökülür. Üstüne reyhan, maydanoz ekilerek yenir.