



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİRİŞ KAVURMA

Millî Eğitim Bakanlığı

½ kg çiriş veya körmən otu
1 baş soğan
1 yemek kaşığı domates salçası
2 yemek kaşığı zeytinyağı
Tuz
Karabiber

Çiriş otu toprağa yakın kısımdan kesildiği için ot, sap ve toprağından dikkatlice ayrılarak temizlenir (Dıştaki yaprak kullanılmaz).

Ot yıkanır, ince ince doğranır.

Doğranmış soğan yağda kavrulur.

Salça ilave edilir, biraz kavrulur

Çiriş, tuz ve karabiber ilave edilir

Tencerenin ağzı kapatılıp kendi suyunda pişirilir.

Arada bir karıştırılarak ot yumuşayınca ocaktan alınarak servis edilir.

Not: Çiriş otunun kavurması sade tüketilebildiği gibi sac böreğinin içine koyularak da değerlendirilir.

