



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

DÖNGEL KAVURMASI

2-3 adet pırasanın yeşil sapları
yarım kg döngel (iğnelik)
3-4 adet kurutulmuş biber
1 kase sarımsaklı yoğurt
3 kaşık margarin
1 çay kaşığı Tuz karabiber

Düz bir tavada yağı kızdırınız.

Pırasanın saplarını kavurunuz.

Kurutulmuş biberleri de doğrayıp ekleyiniz.

Ardından 1 cm kalınlığında doğranmış iğnelikleri ekledikten sonra ara sıra karıştırarak kendi suyunda pişiriniz.

Haşlama tadının oluşmaması için kapak kapatmadan pişirmeniz gerekmektedir.

Piştirme işleminiz tamamlanınca sarımsaklı yoğurtla servis ediniz.

