



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## EBEGÜMECİ BASTISI

500 g ebegümeci  
250 gr yağlı et veya kıyma  
1 iri soğan  
1 su bardağı su  
1 tatlı kaşığı tuz  
1 tatlı kaşığı kırmızıbiber

Ebegümeci yıkanıp ayıklandıktan sonra az bir tuzla ovarak yumuşatınız

Et veya kıyma ince kıyılmış soğanla kavrulur.

Üzerine ebegümeciler, suyu, tuzu ve biberi eklenerek pişirilir.

---