



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## ERİKLİ YAHNİ

Kemikli parça etleri suda kaynatınız ve köpüğünü alınız. Kemikleri sudan çıkarıp kuruyuncaya dek süzünüz. Soğan suyu ve tuz sürerek tavada sade yağla pembe olana kadar kızartınız. Sonra bunları tekrar kendi suyuna atıp kalem tarçın ile kaynaya kaynaya pişmeye bırakınız. Pişmeye yakın sert dokulu biraz ham erikleri çekirdeklerini çıkartmadan kalan kızartma yağı ile az kavurunuz, sonra tencereye koyunuz, üstüne yeteri kadar tuz ve şeker ilave ediniz. Etler ilik gibi olunca, içindeki erikler dağılmadan tencereyi ateşten indiriniz.

Not: Yerken eriklerin çekirdekleri unutulmamalıdır.

---