



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ ERİK (MANAV TÜRKLERİ DÜZCE)

Düzce İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

½ kg kıyma
1 kg erik kurusu
2 adet kuru soğan
½ kg domates
1 çay bardağı sıvı yağ
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı kırmızı toz biber
1 çay kaşığı tuz

Kıyma ve soğan sıvı yağda hafifçe kavrulur.

Rendelenmiş ya da ince kıyılmış domates, baharatlar ve erik kuruları da eklenerek kendi suyu ile pişirilir.

Erik kurularının pişme durumuna göre sıcak su ilave edilebilir.

