



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

GARALA ISLAMASI (SEBEN BOLU)

Fatma İnci Bozkurt - Melek Yaman

5-6 baş soğan
Yumurta
Kıyma
Sarımsak
Acı pestil
Ekmek
Yağ

Acı erik pestilini suyla ıslatın. Yağda soğanı iri iri doğrayıp kavurun. Sulu bir acı pestili ekleyin. Suyu katın. Üstüne yumurtayı kırın veya kıymayı katın. Kıyma katarsanız kıymayı kavurun. Sarımsak doğrayıp içine atın. Bir kaba ekmekleri doğrayın, hazırladığınız karışımı ekmeklerin üstüne dökün.