



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

GEBEL AŞI

Ebru Omurcalı

1 ay bardağı buğday
3 adet domates
2 su bardağı yoğurt
2 adet beyaz pancar
1 adet yumurta
1 demet taze nane
3 su bardağı su
4 su bardağı su (pancar için)
Tuz
Karabiber

Buğdayı 3 su bardağı su ile haşlayın ve bir gün bekletin. Pancarı ve domatesi küp doğrayın ve 4 su bardağı suda haşlayın. Ayrı bir yerde yoğurt ve yumurtayı çırpın, çorbadan alarak ısıtın ve pancarla birleştirin. Daha önceden haşlanmış buğdayı da suyuyla birlikte karışıma ekleyin, tuz ve karabiberi ilave edin, birlikte 15 dakika kaynatın. Piştikten sonra ince doğranmış taze naneyle servis yapın.