



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## GELİNCİK YEMEĞİ

100 Gr Sana Klasik  
1 Adet Domates  
Aldığı kadar karabiber  
Aldığı kadar Servis için: Yoğurt  
Aldığı kadar tuz  
1 Adet soğan  
1 Demet gelincik kökü

Soğanı ince doğrayıp sana margarinde soteleyin. Yarım domatesi küçük doğrayıp tencereye ekleyin. İri kıyılmış gelincik köklerini tencereye koyup, 1-2 çevirin. Tuz, karabiber katıp, tencerenin kapağını kapatın. Kendi suyuyla pişirin. Yoğurtla birlikte servis yapın.