



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

GICIDIK (KARAMAN)

Yeşil domates 8-9 orta boy
Domates 1 orta boy
Yeşil biber 2 orta boy
Soğan 1 orta boy
Zeytinyağı 1/2 su bardağı
Tuz 2 tatlı kaşığı
Kırmızı biber 2 tatlı kaşığı
Su 1 su bardağı
Duru Pilavlık Bulgur 1/4 su bardağı

Domates ve biberler yıkanır. Yeşil domatesler dörde bölünür (çok büyük domatesler 6 yada 8 parçaya bölünür) ve her parça yarım santimetre kalınlıkta doğranır. Soğan soyulur, yıkanır ve ince doğranır. Tencereye yağ ile soğan konur,soğanlar sararınca kadar, ara sıra karıştırılarak kavrulur. Yeşil biber ilave edilip karıştırılır, domates de eklenerek biraz çevrilir. Kırmızı biber yeşil domatesler ve tuz ilave edilerek 2-3 dakika kavrulur. Sıcak su dökülür ve tencerenin kapağı kapatılır, kaynayınca bulgur atılarak karıştırılır. Bulgur ve domatesler yumuşayınca kadar yaklaşık 25-30 dakika kısık ateşte pişirilir. (K.K.İşık)

NOT: Tarif Karaman'dan alınmıştır. Ancak başka yörelerde de yapılmaktadır.

