



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GIRARA (SİİRT)

1 ay bardağı aşurelik bulgur
1 demet pazı
1 adet orta bay soğan
1 adet kabak
400 gr süzme yoğurt
1 adet yumurta
3 yemek kaşığı süt
Tuz
Taze kişniş yada reyhan
3 diş sarımsak
Üzeri için:
2 yemek kaşığı sıvı yağ
1 ay kaşığı nane
1 ay kaşığı kırmızı pul biber

Soğanı ince doğrayın. Buğdayları soğanla birlikte tencereye alın ve üzerini iki parmak geçecek kadar su ilave edin. 1 saat pişirin.

Pişen buğdayları daha büyük bir tencereye aktarın. Pişerken katılaşıp buğday soğan karışımını suyla kısık ateşte karıştırarak inceltin.

Kaynayınca doğranmış pazıları ve ufak doğranmış kabakları ekleyin. Tuzla tatlandırın.

Sebzeler pişince ocaktan alın.

Bir kapta yoğurt, yumurta ve sütü mikserle çırpın. Buğdaylı karışımdan tane gelmeyecek şekilde birkaç yemek kaşığı su alın ve yoğurtlu karışıma ekleyip karıştırın.

İki karışımı birleştirip sürekli karıştırarak pişirin.

Ocaktan alıp ince kıyılmış reyhan ve ince doğranmış sarımsakları ilave edin.

Cezvede yağı ısıtıp, nane ve kırmızıbiberi ilave edin.

Yemeğin üzerine gezdirip sıcak servis yapın.