



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İSOT ÇÖMLEĞİ (ŞANLIURFA)

Şanlıurfa Büyükşehir Belediyesi

- 1 kg kuşbaşı et
- 4 kg kırmızı biber
- 1 kg domates
- ½ su bardağı sadeyağ
- 2 kuru soğan
- 2 baş sarımsak
- 1 kaşık domates salçası
- 2 büyük mayhoş narın suyu

Tencerede azıcık haşlanan et, içine yağ konulan çömlekte doğranmış soğanla biraz kavrulur, salçası ilave edilir, karıştırılır. Yıkamış ve tohumları alınmış olan biberler iri parçalar doğranarak üstüne konur. Kabukları soyulmuş ve doğranmış domatesler ve diş sarımsaklar ilave edilip tuzu atıldıktan sonra tencerede kalan et suyu ve nar suyu ilave edilir. Fırında ağır ağır piştikten sonra servis yapılır. Pirinç pilavı ya da sade bulgur pilavıyla baş soğan eşliğinde yenilir.

Not: Urfa ağzında 'isot çölmeği'

