



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KARA PANCAR YEMEĐİ (BAYBURT)

1 büyük tabak kuru evelik  
1 adet büyük kuru soğan  
1 çay bardağı pilavlık bulgur  
1 su bardağı yeşil mercimek  
1 yemek kaşığı salça  
Tuz  
Pul biber  
Yarım çay bardağı sıvı yağ

Kuru evelikleri haşlayıp süzün. Haşladığınız evelikleri küçük küçük doğrayın. Bir tencereye soğanı, salçayı ve yağı koyup kavurun. Tencereye evelikleri ekleyip 4 su bardağı kaynar suyu koyup, bulguru, yeşil mercimeği, pul biberi ve son olarak tuzunu ekleyip pişmeye bırakın.