



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARAMANCAR YEMEĐİ (KARABÜK)

- 1.5 çorba kasesi mısır bulgur
- 2 adet kuru soğan
- 2 adet yeşil biber
- Tuz
- Kırmızıbiber
- 1 demet mancar
- 2 yemek kaşığı salça
- 3 yemek kaşığı tereyağı

Öncelikle karalahanayı doğrayıp kaynar suda iyice haşlayalım. Haşlanan karalahanayı soğuk suda bekletip suyunu sıkalım. Bir gün öncesinden ıslatılmış olan mısır bulguruna biberleri, uzun doğranan soğanları ve yarım çay bardağından biraz daha az yağı ilave ederek karıştıralım. Dödüklü tencerenin en alt kısmına iki avuç mancar koyup mısır karışımını da üzerine ilave edin. Kalan mancarı tekrar koyup üzerine bulgur ekleyin. Tereyağını çok az sıvı yağ ve salçayla kavurup üzerine dökün. Ardından üzerine çıkacak kadar kaynar su ekleyip dödüklünün kapağını kapatın. 1 saat kısık ateşte pişirin.

