



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARNIKARALI EBEGÜMECİ (KOCAELİ)

Kocaeli Büyükşehir Belediyesi

Börülce 1 su bardağı
Ebegümece ½ kilogram
Zeytinyağı 1 su bardağı
Kırmızıbiber (kapyra) 2 adet
Soğan 1 adet, orta boy
Tuz 1 çay kaşığı
Domates 1 adet, orta boy
Biber salçası 1 çorba kaşığı
Kırmızıbiber 1 çay kaşığı
Su 1 kilogram
Karabiber 1 çay kaşığı

Bir Gün önceden suda beklettiğimiz börülceleri 1 lt suda haşlıyoruz. Haşlanan börülceleri ayrı bir kaba alıyoruz. İyice yıkanan ebegümece otunu, börülcelerin olduğu kaba doğruyoruz. Bu karışıma yarım lt su ve yağ ilave edip kaynatıyoruz.

Ayrı bir tavada kavruşan soğan ve salçayı bu karışıma ekliyoruz. Yaklaşık 20 dk. pişirdikten sonra bir kaba servise sunuyoruz. Arzuya göre, sarımsaklı yoğurt ile servis edilir.

Not: İsteğe göre kıymalı olarak da yapılabilir. Bu durumda 500 gram kıyma kullanılır ve kıyma soğanla birlikte kavrulur. Daha sonra aynı işlemlere devam edilir.

