



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KIYMASIZ SÖMELEK

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

2 su bardağı ince bulgur
1 su bardağı irmik
2 su bardağı kaynar su
1 çay bardağı un
1 adet yumurta
1 yemek kaşığı salça
2 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı kimyon
Üzeri için:
1/2 kase sarımsaklı yoğurt
1 yemek kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı kırmızı toz biber (tatlı)

İrmik ve bulguru bir kaba alın. Üzerine sıcak suyu ekleyin, kapağı kapalı halde 10 dakika dinlendirin. Yumurtayı, salçayı, tuzu, karabiberi ve kimyonu ilave edin. Ardından karıştırın. Unu ilave ederek yoğurun. Elinizle serçe parmağı büyüklüğünde şekil verin. Kızgın yağda güzelce kızartın ve tabağınıza alın. Üzerine sarımsaklı yoğurdu ekleyin ve kızdırdığınız tereyağında toz biberi de ekleyin.

