



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KIZIL PANCAR YEMEĞİ (KOCAELİ)

Kocaeli Büyükşehir Belediyesi

Kırmızı pancar 2 tane, orta boy
Soğan 1 tane, orta boy
Zeytinyağı 3 yemek kaşığı
Sirke 1 yemek kaşığı
Limon suyu 1 yemek kaşığı
Tuz 1 çay kaşığı
Küp şeker 1 tane
Su 1 çay bardağı

Kırmızı pancarlar kabuklu olarak bol suyla iyice yıkanır. Bir tencere içine haşlanmaya bırakılır. Pancarların haşlanıp haşlanmadığı çatal batırarak kontrol edilir. Haşlanan pancarlar soğumaya bırakılır ve soğuyan pancarların kabukları soyulur. Ayrı bir tencere içine zeytinyağı koyulur ve küçük olarak doğranan soğanlar pembeleşene kadar kavrulur. Soğanlar pembeleşince pancarlar ilave edilerek kavurmaya devam edilir. 2 dakika kadar kavurduktan sonra sirke, limon suyu ve tuz eklenerek karıştırılır. Son olarak, 1 çay bardağı suya 1 tane küp şeker atarak eritilir. Hazırlanan şekerli su, pancar içine ilave edilir. Tencerenin kapağı kapatılır ve kısık ateşte yemek pişirilir.

