



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KÖK AŞI (YENİPAZAR AYDIN)

Yenipazar Belediyesi

Yarım kilo ıspanak kökü
1 çay bardağı haşlanmış nohut
1 adet kuru soğan
2 adet domates
1 yemek kaşığı domates salçası
1 fincan zeytinyağı
1 tatlı kaşığı toz biber

İspanak kökleri bol suda kumları dökülene kadar yıkanır. Tencereye zeytinyağı koyulur. Küp doğranmış soğanlar kavrulur. Domatesler rendelenir. Soğanın üzerine ilave edilen domateslerle birlikte ıspanak kökleri kavrulur. Salça ilave edilir. Toz biber serpilir. Biraz daha çevrilen köklerin yumuşaması için su ilave edilir haşlanmış nohutlar koyulduktan sonra arzuya göre tuz eklenir. Kökler yumuşayınca kadar pişirilir.

