



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KÖKLÜ MANCAR (MANAV TÜRKLERİ DÜZCE)

Düzce İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

2 bağ köklü mancar (Karalahana)

½ çay bardağı sıvı yağ

Arzu edilen miktar iç yağ

100 g tereyağı

150 g iç ceviz

3-4 diş sarımsak

1 tatlı kaşığı salça

1 çay kaşığı kırmızı toz biber

1 çay kaşığı tuz

Yeteri miktar su

Köklü mancar temizlenerek haşlanır. İlk haşlama suyu dökülür ve bir tencereye alınır.

Sıvı yağ, salça, iç yağ ve tuz eklenerek yumuşayana kadar su ilave edilerek pişirilir.

Piştikten sonra mancarlar bir tepsiye dızılır.

Üzerine birlikte dövülmüş sarımsak ve iç ceviz dökülür.

En üste de tereyağında kızdırılmış kırmızı toz biber dökülerek servis edilir.

