



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

KOLAY ÇULLUK (TENCEREDE)

Tencereye bir miktar tereyağı, kıyılmış 1-2 diş sarımsak, tuz, biber koyunuz. Yolunmuş, temizlenmiş ve incikleri karnına iliştilirilmiş 2 çulluğu içine atınız, kuvvetli ateşte 8 dakika çevirdikten sonra yarım bardak et suyu, 3-4 limon suyu ilâve ediniz. Kaynamağa başlayınca hafif ateşe alınız, pişince çullukları çıkarıp tabağa yerleştiriniz. Kalan suyun yağını alınız, salçayı 1 - 2 kaşık Esmer Meyane ile karıştırınız, çullukların üstüne gezdiriniz.