



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## LABADA

<https://www.sdmdiyeti.com/>

4 bağ pazının sapı  
1 küçük soğan  
1-2 diş sarımsak  
1 yemek kaşığı zeytinyağı  
Tuz, karabiber, nane

Pazı sapları iyice yıkanır ve saplarındaki damarlar elle iyice soyularak tuzlu kaynar suya batırılıp çıkarılır.

Tava ısıtılarak zeytinyağı eklenir ve sarımsak kavrulur.

Şoklanan pazılar küp küp doğranarak tencerede bir iki tur çevrilir. Baharatlar da eklenerek ocaktan alınır ve ılık şekilde üzerine biraz limon ilave edilerek servis edilir.

