



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## LÜFER KÜLLEMESİ

- 3 Lüfer
- 1 Çay kaşığı hardal
- 4 Soğan
- 3 Çorba kaşığı kıyılmış maydanoz
- Yeteri kadar tuz
- 1 Limon.
- 1 Çay bardağı zeytinyağı

Kulaklarıyla karnını sakatlamadan içini kulağından dikkatle çıkarınız, iyice yıkayıp temizleyiniz. Karnına tuzla karışık soğan suyu doldurduktan sonra, üzerine de sürüp iki saat bırakınız. Sonra kıvılcımlı küie gömüp pişiriniz. Külden çıkarınca karın ve sırtını çiziniz, derisini başıyla beraber çıkarıp tabağa koyunuz. Üzerine zeytinyağı ve hardallı salça gezdiriniz. Maydanoz serpip, limonla servis yapınız.