



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MELOCAN (DİKENUCU) KAVURMASI (ORDU)

2 bađ melocan
2 adet sođan
3 yemek kaşığı tereyağı
Tuz

Melocanın sapının sert kısımlarını kırıp atın.
Bol suda haşlayıp süzün.
Soğanı yemeklik doğrayın, tereyağında soğanı yumuşayana kadar kavurun.
1.5 - 2 cm eninde doğradığınız melocanları ilave edip kavurun.
Tuzunu ayarlayın. 5 dakika kısık ateşte kavurduktan sonra servis edin.