



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## MÜLHIYE HİCAZ

Mülhiyenin yaprak ve filizlerini çok ince kıyınız. Yağlı parça eti, çentilmiş soğan, bir miktar dövülmüş sarımsak, tuz, biberle karıştırarak nar gibi olana dek kavurunuz. Üzerine bir miktar su koyarak 1 - 2 kez ateşte tıkırdatınız. Sonra üzerine mülhiyeyi koyunuz. Eti ilik haline gelene dek, mülhiyeyi de salep şeklini alana dek pişirdikten sonra sofraya alınız.

Not: Bunun hazırlanmasında dikkat edilecek özellik, mülhiyenin kök tarafında olan yuvarlak ve küçük yapraklar çok acı olduğundan bu yaprakların dikkatle ayıklanması ve mülhiyenin tatlı olan filiz ve yapraklarına karışmamasıdır.

---