



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## PANCAR ÇİÇEĞİ KAVURMASI (GİRESUN)

Millî Eğitim Bakanlığı

2 bağ pancar çiçeği  
4 orta boy soğan  
2 yemek kaşığı tereyağı  
½ çay bardağı sıvıyağ  
1 adet kırmızı köy biberi  
1 silme yemek kaşığı tuz

Pancar çiçekleri ayıklanarak iki santim uzunluğunda doğranır.  
Kaynar suda 7-8 dakika yumuşayınca kadar haşlanır ve süzgeçten süzülür.  
Soğuyunca avuç içerisinde hafif sıkılır.  
Soğanlar piyaz şeklinde doğranır.  
Tavada tereyağı eritilerek sıvıyağ ilave edilir. Soğanlar yağda pembeleşinceye kadar kavrulur.  
Pancar çiçeği ilave edilir, 3-4 dakika kavrulduktan sonra, tuzu ve köy biberi ilave edilir.  
Sıcak veya ılık servis edilir.

Not: İsteğe göre mısır ekmeği ile servis edilir.

