



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PATATES TARHANASI (KARAMAN)

Yöremizin Yemeği Annemin Emeği Projesi

2 Kg Patates
4 Su Bardağı İnce Bulgur
2 Soğan
2 Yeşilbiber
1 Tutam Maydanoz
1 Su Bardağı Yağ
Baharatlar (Kırmızı Pul Biber, Kimyon, Nane, Kekik)
Tuz
1 Yemek Kaşığı Kuru Fesleğen

Patatesler haşlanıp püre haline getirilir. İnce bulgur sıcak su ile önceden ıslatılır. Soğan yeşilbiber ince ince doğranıp yağda kavrulur ve içerisine baharatlar eklenir. Püre haline getirilmiş patates, ince bulgur, hazırlanan soğan biber karışımı ve tuz eklenerek yoğrulur. Şekil verip saç veya teflon tavada pişirilir.

Not: İstenildiği takdirde tereyağı eritilerek piştikten sonra üstüne sürülebilir.

