



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PAZI KAVURMALI ÇILBIR

Pazı için:

1 demet pazı

1 adet orta boy soğan

2 yemek kaşığı zeytinyağı

Tuz, karabiber

Çılbır için:

1 su bardağı Sütüş Tava Yoğurt

1 su bardağı Sütüş Sarımsaklı Yoğurt

2 yemek kaşığı Sütüş Tereyağı

4 adet yumurta

1 tatlı kaşığı sirke

½ çay kaşığı kırmızı toz biber

½ çay kaşığı kuru nane

Pazıları hazırlamak için, pazı yapraklarını ve saplarını birbirinden ayırın. Yapraklarını su dolu derin bir kabın içerisinde 1 yemek kaşığı sirke koyup 10 dakika bekletin. Daha sonra iki kere daha yıkayın. Temizlenmiş pazı yaprakları irice doğrayın. Soğanı yemeklik doğrayın. İrice doğradığınız pazı yapraklarını kaynamış tuzlu suda 2-3 dakika bekletip soğuk su (tercihen buzlu) dolu bir kaba alın. 1 dakika bekletin, elinizle suyunu sıkarak alın. Tavayı ocağa alıp ısıtın, ısınınca 2 yemek kaşığı zeytinyağı koyun. Önce soğanları 2-3 dakika soteleyin. Sonra doğradığınız pazı yapraklarını ve karabiberini ekleyip 2-3 dakika soteleyin.

Çılbır hazırlamak için, tencereye 2 parmak yüksekliğinde su koyup kaynatın. Kaynayınca tuz ve sirke ekleyin, ateşin altını kısın. Yumurtaları teker teker bir kaseğin içine kırıp suya ekleyin. 5 dakika kadar pişirip delikli bir kaşık yardımıyla tabağa alın. Sütüş Tereyağı'nı eritin, kırmızı toz biber ve nane ekleyip karıştırın. Sütüş Tava Yoğurt ve Sütüş Sarımsaklı Yoğurt'u çukur bir kapta karıştırın.

En alta kavurduğunuz pazıları, üzerlerine yumurtayı ve çırdığınız yoğurtlu karışımı ekleyin, en üste de hazırladığınız Sütüş Tereyağı'nı gezdirip servis edin.

Not: Sütüş Tava Yoğurt yerine Sütüş Kaymaklı Yoğurt, Sütüş Kaymaksız Yoğurt ya da Sütüş Light Yoğurt kullanabilirsiniz.