



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ŞALGAM OTURTMASI

Soyulmuş şalgamların ortalarını oyduktan sonra sadeyağla kızartınız. Çentilmiş soğanı sadeyağla kuvvetli ateşte öldürünüz, içine kıyma ile fıstık, üzüm atınız, pembeleşince domates suyu, kıyılmış maydanoz koyunuz. Tuz, biber serpip karıştırınız. Bu harçla şalgamları doldurup sahana diziniz. Üzerine biraz şeker serpiniz. Yeteri kadar etsuyu gezdirip kapalı olarak orta ateşte pişiriniz.
