



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ŞALGAM TAVASI

- 1 Kg. Şalgam
- 1 Fincan sadeyağ
- 3 Bardak tuzlu su
- 1 Su bardağı yoğurt
- 1 Bardak etsuyu
- 1 Bardak zeytinyağı

Salamın kabuklarını soyduktan sonra ince dilimler halinde doğrayıp yumuşayınca kadar tuzlu suda haşlayın. Suyunu iyice süzüp kuruttuktan sonra una bulayıp kızartın. Sonra hepsini birden bir sahana koyup, biraz et suyu ilave edin. Orta ateşte biraz kaynatın. Üzerine yoğurt döküp kızgın yağ gezdirerek soğumadan sıcak sıcak servis yapın.