



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ŞALGAM VE HAVUÇ AŞI

Tuğrul Şavkay

600 gr. şalgam  
500 gr. havuç  
150 gr. tereyağı (10 çorba kaşığı)  
200 gr. soğan (ince kıyılmış), (2 orta boy)  
300 gr. kıyma  
1 çorba kaşığı domates salçası  
Tuz  
Taze çekilmiş karabiber  
1 çorba kaşığı tozşeker

Şalgam ve havuçları yıkayıp, kabuklarını soyun. Halka biçiminde ince ince dilimleyip bir tencereye boşaltın. Tavada tereyağını eritin. Yağ kızınca soğanları içinde pembeleşinceye kadar kavurun. Soğanlar pembeleşince kıymayı, domates salçasını, tuzu ve biberi ekleyip karıştırın. Bir taşım kaynatıp, ateşten alın. Tavadaki malzemeyi, tenceredeki şalgam ve havuçların üzerine boşaltın. Üzerlerini kapatacak kadar et suyu ekleyip, bir taşım kaynatın. Şekerini atın. Ateşi kısıp, tencerenin kapağını kapatın. Yaklaşık 30 dakika pişirerek ateşten alın. Şalgam ve havuç aşısını tabaklara aktarın, sıcak olarak servis yapın.

