



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SARMAŞIK KAVURMA

2 demet sarmaşık otu
2 kuru soğan
Zeytinyağı
Tuz

Sarmaşık demetinin yarısını(kart yerini) bıçakla kesin, geri kalan uç kısımlarını bol suda yıkayın. Sonra sarmaşıkları taze yerine ulaşınca kadar (2 parmak genişliğinde) elinizde kırın, kırılmayan yere geldiğinizde kırma işlemini bitirin (kart olan kısım piştiğinde sert olur) veya bıçakla doğrayın. Yemeklik doğradığınız soğanları zeytinyağında vurun. Üzerine sarmaşıkları ilave ederek, soğanlarla birlikte kavurun, sarmaşıklar pişince tuzunu ilave edin. İsterseniz üzerine yumurta kırın veya sade olarak servis yapın.
