



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞEKER PANCARI (KOCAELİ)

Kocaeli Valiliği

Şeker pancarı yıkanıp temizlendikten sonra küçük küçük parçalara ayrılır. Bir tavada ince kıyılmış soğanlar pembeleştirildikten sonra pancarlarda tavaya atılarak suyunu çekinceye kadar kavrulur. İstenirse üzerine yumurtada kırılabilir. Şeker pancarı bu şekilde tüketilebilir ya da börek içi olarak da kullanılabilir. Bunun dışında şeker pancarı su da haşlandıktan sonra üzerine sarımsaklı yoğurt dökülerek de yenmeye hazır hale getirilir.

Not: Şekerpancarı, doğada hazır bulunan bir bitki değildir, bahçelerde özel olarak yetiştirilir.
