



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEMİZLİK

1 KG SEMİZOTU
1 ADET SOĞAN
3 DİŞ SARIMSAK
2 YEMEK KAŞIĞI DOMATES SALÇASI
3 YEMEK KAŞIĞI SANA YAĞ
1 ÇAY BARDAĞI SU

SEMİZOTU TEMİZLENİR YIKANIR KÜÇÜK KÜÇÜK DOĞRANIR TENCEREDE SANA YAĞ ERİTİLİR
SOĞAN VE SARIMSAK YEMEKLİK DOĞRANIP YAĞDA KAVRULUR SALÇA VE SEMİZ OTU EKLENEREK
KISIK ATEŞTE KAVRULUR SUYU ÇEKİNCE SU İLAVE EDİLİR PİŞİNCE OCAĞIN ALTI KAPATILIR.