



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEMİZOTU TÜRLÜ

Ankara Büyükşehir Belediyesi
Belmek Yemek Kitabı

1/2 kg. semizotu (bir baę)
1 su bardaęı barbunya
1 ay bardağı yeşil mercimek
1 ay bardaęı bulgur
200 gr. kıyma
1/2 çay bardağı sıvı yağ
1 orta boy soęan,
2 kaık salça
karabiber
Kimyon
Kırmızı pul biber
Tuz

Barbunya ve yeşil mercimek, bir gün önceden sıcak suda ıslatılır. Semizotları yıkanıp, ayıklanır. 2-3 cm boyunda doğranır. Barbunya ve yeşil mercimeğin ıslatma suyu dökülür. Yeni su ilave edilip, ayrı ayrı tencerede halanıp, süzülür. Başka bir kapta 1.5 litre suyla beraber ikisi birlikte piinceye kadar kaynatılır, içine bulgur konarak zleene kadar pişirilir. Doğranmı semizotları ilave edilir ve semizotları yumuşayana kadar pişirmeye devam edilir.

Kıyma, ayrı bir tavada kıyma, suyunu bırakana kadar kavrulur. Suyu çekince kıymanın içine sıvı yağ, ince doğranmış soğan konup biraz kavrulur, salça, tuz ve baharatlarla bir miktar daha kavrulup pimeye devam eden tenceredeki yemeğe ilave edilir. Yemek zletikten sonra ateşten alınır.

Not: Servis yapılırken limon suyu ya da sarımsaklı yoğurt katılabilir.



© lezzetler.com tarif no:88859 • adi:SEMİZOTU TÜRLÜ • gönderen:siyami • indirme tarihi:20.05.2024 - 09:25