



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SICAK ÇİĞLEME (MALATYA)

1 kase çiğleme (simitin irisi)
2,5 kase su
3 tane yeşil biber
2 tane kuru soğan
1 demet maydanoz
1 kaşık domates salçası
2 kaşık tereyağı
Tuz
Karabiber
Kırmızı biber

Soğan ve biber incecik doğranır, bir tencere tereyağı ile kavrulur. Bir kaşık salça ilâve edilerek bir iki kez karıştırılır, iki buçuk kase su konur, tuz karabiber, kırmızı biber atılarak karıştırılır. Kaynamaya başlayınca çiğleme ilâve edilir. Suyunu çekip göz göz olunca maydanoz kıyılarak ilâve edilir. Ateşten alınır. El dayanacak sıcaklığa gelince çiğ köfte gibi sıkımlanarak servis tabağına alınır, sıcak olarak servis yapılır.

Not: Not: Çiğleme, daha çok erkeklerin evde bulunmadığı öğle veya ara öğün olan ikinci vakti hanımların yapıp yediği bir köftedir. Tarla ve bahçe yemeği olarak da yenir.

