



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SICAK ÇİĞLEME (MALATYA)

Malatya İl Kùltür ve Turizm Mùdùrlùğù

İki kaşık tereyağında iki baş soğan kavrulur. Üzerine salça, tuz, karabiber ve pul biber eklenir. Suyu ilave edildikten sonra kaynaması beklenir. Kaynadıktan sonra üzerine çiğ köftelik bulgur eklenir ve ateşten alınır. Bulgur açıldıktan sonra iyice yoğrulur. Sıkmalar haline getirildikten sonra servis yapılır.

