



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

SOĞANLI YARMA LAPASI

- 1 kase aşurelik yarma
- 2 adet kuru soğan
- 1 çorba kaşığı tereyağı
- 1 çay kaşığı toz kırmızı biber
- 1 çay kaşığı tuz
- 2, 5 su bardağı su

Soğan ince ince kıyılır, düdüklü tencereye atılır, tereyağı eklenir, pembeleşene kadar kavrulur. Üzerine yıkanmış yarma, tuz, toz biber ve su eklenir. Düdüklünün kapağı kapatılır. Yaklaşık yarım saat pişirilir. Zaten pişme sonucu buğdaylar lapa halini alacaktır.
