



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SÜLBIYE

Malzemeler:

0.5 kg. bonfileden kuşbaşı et

0.5 kg. arpacık soğan

1 baş sarımsak

2 çorba kaşığı tereyağı

1 su bardağı haşlanmış nohut

1 kaşık salça

tuz

kimyon

karabiber.

Yağ tencereye koyulur, içine etler atılır. Etler suyunu çekinceye kadar iyice pişirilir. Üzerine 1.5 bardak kadar su ilave edilir. Salça ve sarımsaklar etlere karıştırılır, etler yumuşayınca arpacık soğanlar, nohut, kimyon, tuz, ve karabiber ilave edilerek bir taşım daha kaynatılır servis yapılır.

[ML® Sülbiye için tıklayın](#)
