



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SÜZME YOĞURTLU SAKIZ MURCU (HATAY)

Hatay Valiliği  
Antakya Mutfağı - Süheyl Budak

**MALZEMELER 4 Kişilik**  
150 gr. sakız murcu  
100 gr. süzme yoğurt  
1 orta boy soğan  
1/2 çay bardağı zeytinyağı  
2 diş sarımsak ve Tuz

### YAPILIŞI

Sakız murçları yıkanır, sıcak suda 1 dk. haşlanır. Soğuk suya alınıp süzdürülür. Bir tavaya zeytinyağı konulup kızdırılır. İnce kıyılmış soğanlar üzerine ilave edilerek sarartılır. Daha sonra sakız murçları eklenir. Bir iki kez çevrilerek bir tabağa alınır ve soğutulur. Bir tabakta ezdiğimiz sarımsakları yoğurda ekleyip karıştırdıktan sonra, soğumuş olan sakız murcunun üzerine konularak servis edilir.