



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAZE BÖRÜLCE NASIL AYIKLANIR?

Bunun için öncelikle börülceyi yıkayıp ayıklamanız gerekir. Unutmayın ki börülceyi ayıklamadan önce yıkarsanız vitaminini yitirmez. Taze börülceyi ayıklarken baş kısımlarını elinizle koparın ve börülceyi elinizle kırarak ikiye ya da üçe bölün. Bu noktada size bir püf noktası da vermek isteriz. Eğer börülceler arasında rengi daha sarı ve kabuğu daha sert olanlar varsa bu börülcelerin iri taneleri vardır ve tanelerini ayıklayıp, kabuklarını atabilirsiniz.
