



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TAZE LÜBYELİ AŞ (HATAY)

Hatay Valiliği  
Antakya Mutfağı - Süheyl Budak

### MALZEMELER

1 su bardağı iri bulgur  
2 su bardağı su  
1/2 su bardağı zeytinyağı  
100 gr. taze lübye  
1 küçük kuru soğan  
Tuz

### YAPILIŞI

Lübyeler ayıklanır, kırılır, yıkanır, süzdürülür. Zeytinyağı tencereye alınır, ısıtılır. İçine ince doğranmış soğanlar ve lübyeler eklenerek birkaç kez çevirilerek yumuşatılır. Üstüne su eklenerek iki taşım kaynadıktan sonra bulgur eklenir. Bir iki kez karıştırılıp önce hızlı, sonra yavaş ateşte bulgurun suyu çektilir. Ateşten alınarak 15 dk. demienmeye bırakılarak servis edilir