



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

## TENCEREDE UYKULUK

- 1 kilogram uykuluk
- 2 su bardağı su
- 1 adet limonun suyu
- 1 demet maydanoz
- 2 yemek kaşığı sıvı yağ
- 1 çay kaşığı tuz

Önce uykulukları yıkayın. Zarını soyarak (isterseniz zarıyla) pişirin. Bir tencereye yerleştirin. Üzerine su, limon suyu, ince kıyılmış maydanoz, yağ ve tuz ekleyip, hafif ateşte pişirin. Sıcak servis yapın.

