



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TERLETME NEDİR

Terletme, özellikle kebab yapımında, et ile birlikte pişmesi gereken ancak pişme süresi etten daha uzun olan sebzelere uygulanıyor.

Terletme sebzelerin az miktarda suyun içinde yumuşayana kadar pişirilmesi anlamına geliyor. Bu süre malzemeye göre değişse de genellikle kısık ateşte kapağı kapalı halde 15-20 dakikalık bir pişirme işlemi terletme için yeterli oluyor.

Terletme işlemini kavurmaktan ayıran da işin içine suyun girmesi ve harlı değil kısık ateş kullanılması.

Soğan, sarımsak, patlıcan gibi sebzelere yapılan bu işlemde suyun içine lezzet vermek amacıyla karabiber ya da pul biber gibi baharatlar da eklenebiliyor.

Bazı yörelerde bu işleme demleme de deniyor.

Patlıcan kebabı için patlıcan, soğan kebabı için de soğan etlerle birlikte şişe takılmadan önce terletiliyor.
