



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## TEVEK AŞI (ISPARTA)

1 Adet Orta Boy Yemek Tabağı Kurutulmuş Asma Yapağı  
2 Su Bardağı Bulgur  
1 Adet Kuru Soğan  
1 Çorba Kaşığı Salça  
1,5 Çay Bardağı Sıvı Yağ  
Yeterli Miktarda Su

Kurutulmuş asma yaprakları elde parçalanarak, tencerede kaynamakta olan suya atılır ve 10-15 dakika kadar haşlanır. Bulgur ilave edilerek suyu çekilinceye kadar pişirilir. Bu arada ayrı bir tavada küp küp doğranmış soğanlar sıvı yağda kavrulduktan sonra salça eklenerek biraz daha kavrulmaya devam edilir. Hazırlanan soğanlı karışım pişmiş olan bulgurlu asma yapraklarının üzerine dökülür, karıştırdıktan sonra sıcak servis yapılır.

