



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TOPALAK (MERSİN)

Yöremın Yemeđi Annemin Emeđi Projesi

1 Kg Bulgur
150 Gr Nohut
150 Gr Et
1 ay Kaşığı Kimyon ve Karabiber
2 Kaşık Salça
1 Baş Sođan
Bir Tutam Kuru Nane
2 Adet Limon
1 Su Bardađı Un

Ayıklanmış nohut bir tencere içinde haşlanır ve bir miktar karıştıktan sonra ilave ederek birlikte haşlanması sağlanır.

Diđer taraftan geniş bir kap içerisine bulgur alınır bir kaşık salça kıyılmış soğan, kimyon, karabiber ilave ederek yoğrulur biraz yoğurulduktan sonra un ilave ederek yoğrulur.

lyice yumuşadıktan sonra fındık byklğnde avuç içinde yuvarlanır.

Daha önce haşlanan nohut ve et ile hazırlanan topalaklar birlikte kaynatılır.

20 dakika kaynatıldıktan sonra ekşisi ve tuzu atılır ateşten indirilir. Yađ ve salçası kuru nane ile tava eritildikten sonra çorbanın üzerine ilave edilir çorba servise hazır hale gelmiştir.

