



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÜZÜMLÜ PANCAR (KONYA)

Nermin Erkoyuncu

Koyun eti (kuşbaşı) 150 gram
Su 8 su bardağı
Tereyağı (erimiş) 5 yemek kaşığı
Siyah kuru üzüm 4/5 su bardağı
Kırmızıbiber ½ tatlı kaşığı
Tuz ½ tatlı kaşığı
Şeker pancarı 350 gram
Şeker ¾ su bardağı

Eti tereyağında iyice kızart, tuz kırmızıbiberi ilave et, çevir. Şekerpancarını küp küp doğra ete ilave et, kavur. Suyu koy kaynat. Üzümün çöpünü seç, yıka, pancar pişmeye yakın ilave et. Tuzu ve şekerini koy, üzümler şişene kadar pişir dinlendir.

