



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YEŞİL MERCİMEKLİ KARNABAHAHAR

Yarım su bardağı
Yeşil mercimek
1 adet küçük boy karnabahar
2 adet kırmızı biber
5 çorba kaşığı sıvıyağ
1 adet orta boy kırmızı soğan
2 tatlı kaşığı salça
3 adet kuru arnavut biberi
1 su bardağı sıcak su
Tuz
Pulbiber

Yeşil mercimeği yıkayıp haşladıktan sonra süzüp kenara alın. Karnabaharları çiçeklerine ayırın. Kırmızı biberleri küp doğrayın. Sıvıyağı tencereye alıp üzerine yemeklik doğradığınız soğanı ekleyin. 1-2 çevirdikten sonra salçayı ilave edin. Kırmızı biberleri ve karnabaharları tencereye ekleyin. Tuz ve arnavutbiberini ilave edin. Kapağını kapatıp çok kısık ateşte hiç su eklemeyen pişmeye bırakın. Ara sıra tencereyi sallayarak yemeği karıştırın. Sebzeler saldıkları suyu çektiklerinde yeşil mercimekleri ve sıcak suyu ilave edin. Karnabaharlar yumuşayana kadar pişirin servis yapın.

