



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI PORTAKALLI YERELMASI

- 1 kg yer elması
- 1 adet havuç
- 1 adet kuru soğan
- 2 adet portakal
- 2 adet küp şeker
- 1 çay bardağı ayçiçek yağı
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 tutam maydanoz

Önce yer elmalarının kabuklarını soyuyoruz, yıkayıp bir tabak içine alıyoruz. Diğer tarafta havucu soyup küp küp doğruyoruz. Kuru soğanı soyup bütün olarak bırakıyoruz. Tencereye yeteri kadar zeytinyağı veya çiçek yağı koyuyoruz. Soğan ve havucu birlikte kavuruyoruz. Daha sonra yer elmalarını ilave ediyoruz. Üzerine portakal suyu, tuzu, seken ilave ediyoruz. Kapağını kapatıyoruz. Özellikle yemeğimize su yerine portakal suyu ilave ediyoruz. Kısık ateşte pişiriyoruz. Pişince soğumaya bırakıyoruz. Yemeğimiz soğuyunca yeşilliklerle kaplı servis tabağına alıyoruz. Üzerine ince doğranmış maydanoz serpip servis ediyoruz.