



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI YERELMASI

Malzeme:

- 1 Kg yer elması
- 1 kahve fincanı zeytinyağı
- 1 adet orta boy soğan
- 1 adet orta boy havuç
- 1 limonun suyu
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı şeker
- 1 kahve fincanı pirinç
- 1 su bardağı su
- 1 bağ dereotunun yaprakları

Hazırlanışı:

Yer elmasının kabuklarını soyduktan sonra dördebölünüz. Havucu soyup doğrayınız. Yağı VMS tenceresine koyarak soğanı 1,2 dakika öldürünüz, havuçları ve yer elmasını yıkayıp süzdürdükten sonra tencereye ilâve ediniz. Kapağını kapatarak 0 dakika kısık ateşte pişiriniz. Tekrar kapağını açarak tuzunu, şekerini, suyunu ve pirincini ilâve ederek 25 dakika kısık ateşte pişiriniz. Ateşi söndürdükten sonra kapağını 15 dakika daha kapalı tutarak demlenmesini sağlayınız. Tereotunu ilâve ederek servis yapınız.