



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ZEYTİNYAĞLI YERELMASI

Kabuklarından ayırdıktan sonra, yerelmalarını arzuya göre kesmeli ve yıkamalıdır. Zeytinyağlı yemeklerdeki usul veçhile tencereye soğanları doğramalı ve sararınca kadar zeytinyağında kavurmalıdır.

Sonra, hazır yerelmalarını da tencereye koymalı, her zaman gibi, iki üç parça şeker de atmalıdır. Suyunu ve tuzunu ilâve ettikten sonra, çışmesini beklemelidir.

Bazıları, pişeceğine yakın, bu yemeğe az miktar piriñç dahi salmaları vâkidir. Lezzetini ve yemeği çoğaltmağa yarıyacağı düşüncesi burada galiptir.

Not: Bu yemeğin, yalnız zeytinyağlısı makbuldür. Dişlere kolay ve mideye hafiftir. Düzgünlerinden seçme alınırsa kabuklarının soyulması da kolay olur.

---