



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZİRON (BAYBURT)

Kuzeydoğu Anadolu Kalkınma Ajansı

250 gr. az yağlı dana kıyma
300 gr. haşlanmış yeşil mercimek
1 adet kuru soğan
500 gr. süzme yoğurt
4-5 diş sarımsak
200 gr. tereyağı
1 yemek kaşığı salça
1 yemek kaşığı tuz
1 çay kaşığı pul biber
1 çay kaşığı karabiber

Fırın tepsisine dizilmiş olan zironların üzerine kızdırılmış tereyağı gezdirilir ve bu şekilde fırına verilir. Hafif pembeleşinceye kadar fırında pişirilir.

Bu esnada bir tencerede yemeklik doğranmış olan kuru soğanlar pembeleşinceye kadar kavrulduktan sonra sırasıyla salça ve kıymaya tuz karabiber ve pul biber eklenerek kavurma işlemine devam edilir.

Haşlanmış mercimekler eklenir ve kavrulur.

Fırında çıkartılan zironlar yüksek derecedeki sıcaklıklarının gitmesi için bir süre bekletilir.

Hazırlanmış olan sarımsaklı süzme yoğurt zironların üzerine sürülür.

Onun üzerine ise kıymalı mercimek gezdirilerek sıcak olarak servise sunulur.

Not: Sacda pişirilen yufkaların rulo haline getirilip kesilen parçaların fırında kızartılmış ve kurutulmuş haline "ziron" denir.

