



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

TERBİYELİ YERELMASI



1 kg yerelması
1 adet havuç
1 adet kuru soğan
1 kahve fincanı pirinç
1,5 çay bardağı zeytinyağı
1 ay kaşığı toz şeker
2 ay kaşığı tuz
1,5 su bardağı su
Terbiye için:
1 adet yumurta
1 adet limon
1 tatlı kaşığı un
zeri için:
10-15 dal dereotu

- # Yerelmaları soyulur, kararmaması için, içinde limon bulunan suya atılır.
- # İnce kıyılmış soğan zeytinyağında kavrulur, tavla zarı şeklinde doğranmış havuç eklenir, kapak kapatılır, 10 dakika pişirilir.
- # Bu arada yer elmaları arzu edilen şekilde doğranır ve kavrulmakta olan soğanlı karışıma eklenir ve bir kaç tur çevrilir.
- # Yıkamış pirinç, şeker, tuz ve sıcak su eklenir, tencerenin kapağı kapatılır. 20 dakika kadar pişirmeye bırakılır.
- # Bu arada terbiye malzemesi iyice çırpılır, kaynamakta olan yemekten biraz eklenerek ılıtılır. Sonra yemeğın üzerine katılır, karıştırılır.
- # Son olarak kıyılmış dereotu ilave edilir. Ateşten hemen alınır.
- # İlık olarak servise sunulur.

Not: Yerelması abuk yumuşayan bir sebze olduğu için kontrollü pişirmek gerekir.