



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)  
بانو أتاي لذيق المتواضع من وصفات الأكل

## بابونيا حار Acılı Barbunya



١ كوب ماء بربونيا  
١ كوب لحم خروف  
١ عدد بصل جاف  
١ أسنان ثوم  
١ عدد فلفل حاد حار  
١ عدد فلفل أحمر حار  
١ فنجان قهوة زيت  
١ ملعقة حلو فلفل أ  
١ ملعقة حلو ملح  
٤ - ٥ فرع بقدونس  
١ ملعقة حلو معجون

- # يشوي البصل المقطوع الرقيق في الزيت, عندما تصبح البصل رمادي وضع لحم خروف المقطوع على كبر حمص
- # عندما يجذب اللحم مائها يضاف عليها الفلفل أحمر حاد المقطوعة ويوضع ثوم المضروب
- # يضاف عليها صاصة فلفل أحمر رقيق, ملح وفي الأخير مغلي باربونيا
- # بعد طبخها ٥ دقائق بدون ماء يوضع عليها ١ كوب ماء من مياه ساخن ويطبخ ١٥ - ١٠ دقائق
- # يؤخذ الكل من المحجر وينثر عليها بقدونس المفروم ويغلق الغطاء
- # يقدم للخدمة

ملاحظة : إن بربونيا الحارة من أكلات لأصل مكسيكية واسم الأصل: "جهل جن جرن"