



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

## زبادي المعكرونة Yoğurtlu Makarna



١ صفيقة رافيول معكرونة  
١٠٠ غرام لحم مفروم  
١ بملعقة حساء معجون  
٦ بملعقة حساء زيت  
١ بملعقة حلو سماق  
٢ بملعقة حلو ملح  
١ بملعقة حلو فلفل أ  
٦-٧ أكواب ماء من ال  
١ كوب زبادي  
٣ أسنان ثوم

- # توضع في القدر ٧ أكواب ماء من الميه و ١ بملعقة حلو ملح ويغلي
- # عندما يغلي نذب المعكرونة , وينترك للطبخ
- # يشوي الزيت والفرم في داخل الحقل والمعكرونة يطبخ ويخلط المفروم لكي لا تكون سلسة
- # عندما يطبخ الفرغ , تضيف المعجون ويذب الملح , وفلفل أحمر , يطبخ ٥ دقائق ويؤخذ من المحجر
- # يضرب الثوم ويجلد مع الزبادي , ويؤخذ من المعكرونة ٢-١ بملعقة مياه ساخنة ويطفئ
- # تضع طبخ المعكرونة كما هو مائي على الأطباق
- # تضع عليه زبادي وعلى الزبادي فرم معجون ويرش السماق , وتقدم للخدمة

ملاحظة: يذب عليه مقدار الفلفل الرقيق إذا كان لم تريد استخدام المعجون