



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzətlər® Azərəcə Yemək Tərifləri

Yerkökü Əzməsi

Havuç Ezməsi



4 Ədəd orta boy yerkökü
2 Ədəd orta boy soğan
1 Armud stəkan zeytun yağı
1 Kasa qatıq
5 Diş sarmısaq
1 Çay qaşığı duz
5-6 Dal cəfəri
Qırmızı pul bibər

- # Yerkökləri yıxanır, soyulur ya da qaznır, rəndələnir.
- # Çox incə doğranmış soğanla, zeytun yağı qovrulur, üzərinə rəndə yerkökü əlavə edilir.
- # Qazanın qapağı örtülür, orta hərətli atəşdə arada qarışdırılaraq bişirilir, duz əlavə edilir.
- # Yerkökləri yumuşayınca ocaq söndürülür, buxarın içində qalıb soyuması gözlənilir.
- # Bu arada sarmısaqlar döyülür, qatığa qarışdırılır.
- # Soyuyan yerkökü əzməsinin üzərinə, sarmısaqlı qarışım tökülür qarışdırılır.
- # Xidmət qabına alınır, üzərinə qıtlmış cəfəri və bibər səpilir.

Not: Yerkökü əzməsi rejim yeməyi olaraq istehlak edilir.