



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

## Taboule

Taboule



2 Su stəkani plovluq yarma  
1 Ədəd orta boy quru soğan  
4 Ədəd orta boy pomidor  
1 Ədəd limonun suyu  
1 Dəstə cəfəri  
Yarım dəstə təzə nanə  
1 Çay stəkani zeytunyağı  
1 Şirinəyyat qaşığı duz  
3,5 Su stəkani su

- # Qazana 3,5 su stəkani su və duz qoyular. Su qaynayınca yuyunmuş yarma atılar. Orta atəşdə 10 dəqiqə bişirilər, atəşdən alınar.
- # Qaynadılan yarma soyuyarkən, quru soğan, təzə soğan, cəfəri, nanə və pomidor çox kiçik doğranar.
- # Daha sonra soyumu yarmaya doğranan vəsait, zeytunyağı və limon suyu əlavə olunar, qarışdırılar.
- # İliq olaraq xidmətə təqdim edilər.

Not: Taboule, Livan mətbəxinə aid bir plovdur.