



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

Köklü Gül Kələm Oturtması

Havuçlu Karnabahar Oturtması



1 Ədəd orta boy gül kələm
200 qr. qiyma
2 Ədəd orta boy quru soğan
2 Ədəd orta boy kök
1,5 Çorba qaşığı pomidor sousu
9 Çorba qaşığı duru yağ
2 Şiriniyyat qaşığı duz
Yarım şiriniyyat qaşığı qara bibər
Üzəri Üçün;
5 - 6 budaq cəfəri

- # Gül kələmin budaqları və çiçək qisimləri kiçik parçalara ayrılır, sirkəli bol suda yarım saat gözlədilər.
- # Daha sonra sudan alınar, süzülər. Yayvan bir qazana gül kələmin əvvəl sərt budaqları, sonra üzərinə çiçək qisimləri yerləşdirilər. 4,5 - 5 su stəkanı soyuq su qoyular.
- # Qazan orta qızdırmalı ocağa yerləşdirilər, qazanın qapağı bir barmaq açıq qalacaq şəkildə bağlanılır. (Qoxusunun çıxması üçün) Gül kələm yumşalana qədər idarəli olaraq bişirilər.
- # Bir qazana maye yağ qoyular, orta atəşdə istilənincə incə doğranmış quru soğan əlavə olunar, quru soğan yumşalınca qiyma qatılar, sununu salıb çəkənə qədər qovrulur.
- # Üzərinə quşbaşı böyüklüyündə doğranmış kök, sous, duz və qara bibər əlavə olunar. Qazanın qapağı bağlı olaraq 5 dəqiqə bişirilər.
- # Bişən köklü xərc, qaynadılan gül kələmin üzərinə yayılır. Qapaqlı olaraq batıq atəşdə 20 dəqiqə bişirilər.
- # İsti olaraq xidmət ediləcəyi zaman üzərinə qıyılmış cəfəri səpilər.

Not: Gül kələmin qaynatma suyu atla bilər ancaq, qaynatma sununun içində gül kələmin bütün qida dəyəri də atılmış olar.