



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler© Mutluluklar Diler

YÖRÜK DÜRÜMÜ



1 çay bardağı kırmızı mercimek
1 çay bardağı ince bulgur
1 çay bardağı nohut
1 adet kuru soğan
1 çay bardağı zeytinyağı
1 çorba kaşığı salça
4 adet taze soğan
Yarım demet maydanoz
1 tatlı kaşığı tuz
Lavaş ekmeği

- # Nohut ve kırmızı mercimek ayrı ayrı haşlanır.
- # Haşlanan mercimek suyunun fazlası dökülür, kalan kısmına ince bulgur eklenir. 10 dakika bekletilir.
- # Bu arada soğan ince kıyılır, zeytinyağında kavrulur, salça ve tuz ilave edilir.
- # Haşlanan nohut çatalla ezilir. Karıştırma kabına aktarılır.
- # Üzerine mercimekli bulgur, kavruşan soğan eklenir. Biraz soğuması beklenir.
- # Son olarak kıyılmış maydanoz ve taze soğan katılır, karıştırılır.
- # Hazırlanan harç lavaş ekmeğinin kenarına konur ve rulo yaparak servise sunulur.

Not: Dürüm harcı bekledikçe biraz katılaşıabilir.