



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

GÖCE AŞI



- 1 Su bardağı buğday
- 1 Su bardağı yeşil mercimek
- Yarım su bardağı kuru mısır
- 1 Adet orta boy kuru soğan
- 1 Adet yumurta
- 1 Çay bardağı yoğurt
- 1 Çay bardağı sıvıyağ
- 2 Çorba kaşığı salça
- 2 Tatlı kaşığı tuz
- 6 Su bardağı su ya da et suyu

- # Buğday, mercimek, kuru mısır ölçülerinin en az 3 misli suda ayrı ayrı haşlanır.
- # Ancak mercimek haşlanırken beraberinde ince doğranmış kuru soğan ilave edilerek haşlanır.
- # Haşlanan buğdayın yarısı ayrılır, üzerine 1 adet yumurta, 1 çay bardağı yoğurt ve 1 çay bardağı sıvıyağ, salça eklenir, mikserle buğday ezilene kadar çekilir.
- # Mercimekli soğan, mısır ve kalan buğday haşlama suları ile birlikte bir tencereye konur.
- # Üzerine 6 su bardağı su ya da et suyu sıcak olarak eklenir.
- # Karışım orta ateşte kaynar duruma gelince, üzerine hazırlanan yumurtalı karışım çabuk hareketlerle eklenir, bir taraftan da karıştırılır.
- # Bütün malzemeler kaynama noktasına gelince tuz katılır, ocak kısık avara getirilir, 5 dakika daha kaynatılıp ocaktan alınır.
- # Sıcak olarak, çukur tabak ya da kasede servise sunulur.

Not: Kuru mısırın pişmesi oldukça uzun zaman alır. Bunun yerine 1 ölçü su bardağı taze ya da konserve mısır kullanılabilir. Göce aşı İç Anadolu bölgesine ait bir tariftir.