



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

AVOKADO EZMESİ (MERSİN)

Mersin Üniversitesi - Yrd. Doç. Dr. Şükran ÖKTEM

4 Adet Avokado
1/4 Lt. Tahin
250 Gr. Dövmüş Ceviz
200 gr. Bal

Avokado'nun kabukları soyulup ezme haline getirilir,
Ezmenin içine bal, tahin, dövmüş ceviz ilave edilir,
İyice karıştırıldıktan sonra servis edilir.

Avokado ülkemizde ve Mersin'de yetişmeye başladıktan sonra tüketilen bir bitkidir.

Avokado, ağacından toplandığında sert olur, yaklaşık bir hafta oda sıcaklığında aralarına elma konularak olgunlaşması sağlanır.

Not: Avokado'nun tuzlu olarak da ezmesi yapılmaktadır. Limon, zeytinyağı ve ezilmiş sarımsak, tuz ekleyerek tüketilmektedir.