



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISIRGANOTU PÜRESİ

<https://yemek.name>

1 demet ısırganotu
3/4 su bardağı mısır unu
3/4 su bardağı beyaz un
3 su bardağı su
3 diş sarımsak
3 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz

Su kaynatılıp, içine tuz konulur.

Kaynayan suya temizlenmiş ısırganotu atılıp 5 dakika kapağı kapalı şekilde haşlanır.

Pişen ısırılar bütün suyu ile blenderdan geçirilip, tekrar ocağa alınır.

Un karışımı elenerek ısırganalara eklenirken bir yandan da karıştırılır.

Pişen püreye en son ezilmiş sarımsak ve zeytinyağı katılıp, iyice karıştırılır.

Not: Isırganlarla uğraşırken eldiven giymeyi unutmayın. Bu püreyi et yemeklerinin yanında servis edebilirsiniz.

