



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAK VE HAVUÇ PÜRELİ KEREVİZ

1 kg. kereviz
Tuz
500 gr havuç
1 çay bardağı zeytinyağı
1 limon suyu
1 portakal suyu
2 adet kesme şeker
1/2 demet dereotu
2 adet yemeklik doğranmış soğan
ISPANAK PÜRESİ
500 gr ıspanak
2 kaşık zeytinyağı
1 kaşık un
1 su bardağı süt
Tuz
Karabiber
HAVUÇ PÜRESİ
1 çorba kaşığı un
1 su bardağı süt
2 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz
Muskat

Kereviz ayıklanır ortadan ikiye ayrılır. İçleri ayrılıp, bol limonlu suya konur. Tencereye zeytinyağı konur kızdırılır, soğan konup sotelenir. Kerevizler tencereye dizilir üzerine şeker.limon suyu,zeytinyağı,tuz konur üzerine bir tabak kapatılıp bir su bardağı ilavesi ile kısık ateşte kerevizler yumuşayınca kadar pişirilir. Üzerine sıcakken portakal suyu dökülür. Diğer bir tencerede yağla un kavrulur, ıspanaklar ilave edilir, birkaç kez çevrilir, süt ilave edilip, püre kıvamına gelene kadar karıştırılır. Ateşten alınır,içine tuz karabiber konur. Diğer bir tavada aynı şekilde havuç püresi hazırlanır,kerevizlerin ortasına bir çorba kaşığı ıspanak püresi üzerine bir çorba kaşığı havuç püresi konup servis tabağına dizilir. Zeytinyağı ve limon gezdirilerek dereotu serpip servis yapılır.