



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

PIRASA HAŞLAMASI (DİYET)

300 gram pırasa

5 bardak su

10 gram tereyağ

Pırasa temizlenip irice parçalara kesilir, bol suda bir kez haşlanır, süzülür. İkinci kez beş bardak hafif limolu suyla tekrar haşlanır. Süzülerek üzerine çiğ tereyağı konup yenir.
