



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DİRGİT (ISPARTA)

2 su bardağı işlenmemiş buğday
1 çay bardağı fasulye
1 çay bardağı nohut
1 lt. su
Tuz

Öncelikle tüm baklagilleri akşamdan veya 2 saat öncesinden ılık su ile ıslatınız. Ilık suda beklettiğimiz baklagillerin suyunu süzüp, kaynattığımız 1 litre su eşliğinde düdüklü tencereye alıyoruz, ve kısık ateşte yaklaşık 1 saat pişmeye bırakıyoruz. Pişen dirgite damak tadınıza göre tuzunu ilave edip, ezilmiş ceviz, limon ve arzu ettiğiniz baharatlar eşliğinde servise sunuyoruz.

