



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAŞHAŞLI BEZELYE BASTIRMASI

- 1 kilo iç bezelye
- 4 bardak süt
- 2 kaşık tereyağı
- 2 kaşık un
- 1 kase haşhaş
- 1 kase dövülmüş ceviz
- 1 kase dövülmüş fındık
- 1 kaşık tuz- karabiber
- 2 kaşık soya sosu

Bezelyeyi bol su içinde yumuşayana kadar haşlayıp süzün. Tereyağı bir tavada eriterek unu kavurun. Bezelyeyi ocağa alıp sütü üzerine dökün, bekletmeden unlu karışımı da yayın. Tuzunu karabiberini ayarlayın ve birkaç dakika karıştırarak pişirin. En son soyasosu haşhaş ceviz ve dövülmüş fındık ekleyip karıştırın ocaktan alıp borcam tepsiye bastırarak koyun fırında 20 dakika pişirip soğutup servis edin.
