



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISIRGAN KUYMAĞI

Millî Eğitim Bakanlığı

- 1 bağ ısırgan
- 1 bağ pazı
- 1 bağ taze nane
- 1 bağ maydanoz
- 1 su bardağı mısır unu
- 2-3 yemek kaşığı sıvı yağ
- 2 diş sarımsak
- Tuz
- Toz kırmızı biber
- Tereyağı

Isırgan ve pazılar yaprak yaprak yıkanır (Isırganlar eldivenle tutularak hazırlanırlar).

Kaynamakta olan suya atılıp yumuşayınca kadar haşlanır.

Haşlanan ısırgan ve pazı süzülerek alınır ve ezilerek püre haline getirilir. Mısır unu ile harmanlanır.

Nane ve maydanoz ayıklanıp, yıkanır ve incecik kıyılır.

Sarımsak soyularak kıyılır.

Bakır tavada kıyılmış sarımsak, maydanoz ve nane hafif yağda kavrulur. Üzerine püre yapılmış mısır unlu ısırgan, pazı karışımı eklenir.

Kavrulmuş karışıma soğuk su ilave edilip kıvamı açılır ve kaynatılır, kıvamını alınca ateşten alınır.

İstenirse az miktarda eritilmiş tereyağı gezdirilerek servis edilir.

