



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISIRGAN (ZONGULDAK)

1 kilogram ayıklanmış ısırgan otu
300 gram mısır unu
80 gram tereyağı
2 diş sarımsak
Tuz
Karabiber

Yıkamış ve ayıklanmış ısırgan otlarını suda haşlayın.
Isırganları süzün ve çıkan haşlama suyundan 3 su bardağı ayırın.
Ayırdığınız haşlama suyuna mısır ununu ilave edin ve bir tencerede kısık ateşte karıştırarak pişirin.
Koyulaşmaya başlayınca ısırganları, tuz ve karabiberi ilave edip 5 dakika daha pişirin.
Başka bir tavada ince kıyılmış sarımsakları tereyağı ile soteleyin.
Servis tabağına alın ve üzerine sarımsaklı tereyağını gezdirin.

