



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISIRGANOTU HAŞLAMA

1 kilo isirganotu
250 gr kadar (az miktarda) ispanak yada pazi, sadece yapraklar
3-4 dis sarımsak
3 corba kasigi misir unu

Isirgan otlarini ellerinize eldiven gecirerek yıkayin.(eger topliycaksaniz mutlaka eldiven giyin) Genis bir tencereye isirgan otlarini, ispanaklari ve sarımsagi koyun.Uzerlerini bir iki parmak gecicek kadar su ilave edin ve orta ateste suyu biraz cekene kadar haslamaya birakin.Pismesine yakin icine misir unu ve tuz katarak karistirin. Ocaktan alip blenderdan gecirin ve tekrar atese koyun.Bir kac dakika daha pisirin.Buarada suyunu kontrol edin cok sulu olursa biraz daha un ekleyebilirsiniz.



Fotoğraf "İsmet Atabay" tarafından gönderildi. 28.02.2021