



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISIRGANOTU YEMEĐİ

2 demet ısırganotu
1 kuru soğan
3 diş sarımsak
1 adet domates
2 yemek kaşığı domates salçası
1 kahve fincanı sıvı yağ
3 adet kuru sivri biber
1 çay bardağı pirinç
2 yemek kaşığı mısır unu
Kırmızı pul biber
Tuz

Soğan ve sarımsak kıyılır, bir tencereye aktarılır biraz kavrulur.

Üzerine sıvı yağ eklenir, biraz daha kavrulur, küp şeklinde soğranmış domates, salça, tuz ve kırmızı biber eklenir.

Üzerine 2 bardak kaynar su, küçük parçalara kırılmış kuru biber ve pirinç eklenir, tencerenin kapağı kapatılarak piriçler yumuşayana kadar pişirilir.

Yapraklarına ayrılmış, yıkanmış ve doğranmış ısırganotları eklenir. Bir süre daha pişirilir.

Son olarak mısır unu eklenir, karıştırılır, biraz daha kaynatılır, bir süre dinlendirilir ve servis edilir.

Not: Isırganotunun yapraklarını ayıklarken eldiven kullanmak gerekir.

