



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PIRASA HAŞLAMASI (DİYET)

200 gr pırasa
4 bardak su
1/2 kaşık tereyağı

Pırasanın soğan kısmındaki püskülleri ve yeşil yapraklarının uçları kesilir. Sararmış yaprakları varsa onlar da koparılır. Yıkayıp temizlendikten sonra normal, yemek yapılırken kesildiği büyüklükte parçalar halinde doğranır. Bir tencereye su konur. Kaynadıktan sonra pırasalar içine atılır. Bir süre kaynatıldıktan sonra çıkarılır, suyu süzülür. Tencerenin suyu döküldükten sonra tekrar su doldurulur. Pırasalar ikinci kaynama için konurken suya yarım limon sıkılır. 20 dakika kadar daha kaynatılarak pırasalar haşlanır, pişirilir. Yenirken üzerlerine biraz tereyağı alınır.