



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞEKERSİZ AŞURE

<http://www.hurriyet.com.tr>

500 gram aşurelik buğday
250 gram nohut
150 gram haşlanmış fasulye
Yarım çay bardağı pirinç
150 gram soyulmuş çiğ badem
200 gram kuru kayısı
200 gram kuru üzüm
1 adet portakal
Yeteri kadar kaynar su
10 adet hurma
1 tutam tuz
Üzeri için:
Kavrulmuş fındık
Ceviz
Antepfıstığı
Kavrulmuş susam
İncir

Bir gece önceden bol su ile yıkayıp ıslattığınız buğdayı süzüp kaynatmak üzere ocağa koyun. Buğdaylar iyice şişip açılmaya başlayınca önceden haşlanmış olan nohut ve kuru fasulyeyi buğdayların üzerine ekleyin. Yıkadığınız pirinci de kaynayan bakliyalara ilave edip aşurenin suyu helmelenene yani kıvam alana kadar bakliyatları birlikte kaynatın. Kaynayan malzemelere 1 çimdik kadar tuz ilave edin. Kuru üzümle ve çiğ bademi ayrı kaselerde suya koyun. Suda beklettiğiniz bademleri soyduktan sonra yine suda beklemiş ve şişmiş olan kuru üzümlerle birlikte kaynayan aşurenin içine ilave edin. Kuru kayısıları küp küp doğrayın, ardından kuru kayısıları da ekleyin. Bu sırada kaynadıkça yoğunlaşan aşureye ara ara sıcak su takviyesi yaparak kıvamını dengeleyin. 10 adet hurmayı kabuklarını rendelediğiniz portakalın suyu ile robottan geçirip püre haline getirin. Son olarak hazırladığınız bu püreyi de aşureye ilave edip 10 dakika kadar daha kaynattıktan sonra servis kaselerine alın. Porsiyonladığınız aşureler oda sıcaklığına indikten sonra kuruyemişler ve kavrulmuş susam ile süsleyerek servis edin.



© lezzetler.com tarif no:152688 • adı:Şekersiz Aşure • gönderen:Yemekhane • indirme tarihi:11.05.2025 - 23:18