



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ŞEKERSİZ KESTANE PÜRESİ

500 gr kestane

1-2 litre (5-10 su bardağı) su

Kestanelerin dış kabuklarını sivri bir bıçakla, bir tarafından hafifçe yarız. Kestaneleri bir tencereye koyup üstünü kaplayacak kadar su ekleyiniz. Suyu kaynatınız. Kestaneleri kaynar suda 2 dakika haşladıktan sonra tencereyi ateşten alınız. Bir delikli kepçeyle kestaneleri 2'şer-3'er tencereden alıp dış ve iç kabuklarını soyunuz. (Kestanelerin kolay soyulabilmeleri için sıcak yada ılık olmaları gerekir. Soğumuşlarsa, kestanelerin içinde bulunduğu tencereyi bir taşım daha kaynatınız.) Bütün kestaneleri soyduktan sonra boş bir tencereye koyunuz. Üstünü kaplayacak kadar su ekledikten sonra 45-60 dakika, kestaneler iyice yumuşayınca kadar haşlayınız. Kestaneleri bir delikli kepçeyle tencereden püre makinesine aktarınız. (Yada çatalla bastırarak eziniz.) İyice püre haline getirdikten sonra, dilediğiniz zaman kullanmak için buzdolabına kaldırınız.

Not: Şekersiz olarak hazırlanan bu püre, çeşitli tatlılarda harç olarak kullanılır.