



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

SİNDİR PÜRESİ

2 adet patates
1 ay bardağı konserve bezelye
1 adet haşlanmış havuç
5-6 adet maydanoz
1 ay bardağı süt
1 orba kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı tuz

Patatesler kabuklu olarak haşlanır. Soyulur, sıcak vaziyette kabaca doğranır, tereyağı ve süt eklenir iyice ezerek karıştırılır. tavla zarı şeklinde doğranmış havuç, kıyılmış maydanoz, konserve bezelye ve tuz eklenir güzelce karıştırılır. Özellikle ızgara köftelerle servis yapılması tavsiye edilir.