



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YAŞ SEBZE PÜRELERİNE ÖNERİLER

Sebzeyi yıkadıktan sonra biraz tuzla ılık suya atınız. Biraz sonra çıkarıp soğuk sudan geçirip etsuyu ile pişiriniz. Sonra ezerek elekten geçiriniz. Bir kuşhanede meyane yapıp hâsıl olan ezmeyi ilâve ediniz ve birkaç yumurta sarısını yediriniz. İndirmeden önce tuz, biber, biraz şeker, biraz tereyağı koyup çevirip indiriniz. Yağsız yapılması istenirse etsuyu yerine süt kullanınız.
