



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

BORANI (GÜMÜŞHANE)

Gümüşhane Valiliği

Bir bağ ıspanak veya pazı
1 adet yumurta
tereyağı
2 adet soğan
1 diş sarımsak
1 kg. yoğurt
yeterince tuz

İspanak veya pazı temizlenip ayıklandıktan sonra tencerede az su ilave edilerek haşlanır. Haşlanan ıspanaklar süzülür. Daha sonra suyu sıkılır. Bir baş soğan ince ince kıyılır. Tavaya bir miktar tereyağı koyarak soğan kavrulur. Daha sonra karışımın içine yumurta kırılır. Önceden hazırlanan ıspanak veya pazı tavanın içine katılır, tuz ilave edilerek ateş üzerinde 15 dakika pişirilir. Ateşte kavrulmuş ıspanaklar soğumaya bırakılır. Yoğurda sarımsak katılarak yoğurt çırpılır soğuyan ıspanağın üzerine dökülür, servis tabağına alınarak eriyen tereyağını da üzerine ilave ederek servis yapılır.

[ML® İspanak Borani \(görsel\)](#)