



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAK ÇORBASI

1 demet ıspanak
2 orba kaşığı un
2 orba kaşığı margarin
1 adet soęan
6 su bardaęı su
Tuz
Karabiber

İspanak yıkanır, blenderden geçirilir, püre yapılır. Tencereye un ve margarin konur. Un sararana kadar kavrulur. Üzerine ince kıyılmış soğan ve ıspanak püresi eklenir. Birkaç dakika kavrulur. Sıcak su, tuz ve karabiber katılır. Kaynama noktasına gelince kısılır. 5 dakika daha pişirilir. Sıcak servis yapılır.