



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ISPANAK ÇORBASI

### MALZEMESİ:

1 kg. ıspanak,  
1 çorba kaşığı katıyağ  
1 çorba kaşığı un  
1 çorba kaşığı pirinç  
yarım bardak su  
yarım bardak yoğurt  
1 adet yumurta  
tuz  
karabiber

İspanağı yıkayıp, haşlayıp, ince ince kıyın ve tuz, karabiberini koyun. Bir tencerede tereyağını hafifçe pembeleştirip, üstüne un koyup kavurun, içine ıspanak, su ve pirinç katarak ağır ateşte pişirin. Gerektiğinde su ilave edin. Pirinçler pişince çorbanın içine yumurta sarısı ile çırpılmış yoğurdu yavaşça katın.

---