



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAK PÜRELİ KAYISI YUMURTA

6 adet yumurta
1 kg ıspanak
2 bardak süt
2 çorba kaşığı un
4 çorba kaşığı tereyağı
4 fiske hindistancevizi
1/2 bayat etmek
tuz
karabiber

İspanağın kökleri kesilerek yaprakları ayıklanır ve bol suda yıkanır. Bir tencereye konan suya atılarak haşlanır. Pişince, soğuk suya konarak soğutulur. Elle çıkarılarak suyu süzülür. Sonra et tahtasına konarak bıçakla doğra-na doğrana kıyma haline getirilir. Un, 2 çorba kaşığı yağda çok az kavrulur. İçine ıspanak, süt, hindistancevizi, tuz ve biber atılır. 5 dakika kadar karıştırılarak kaynatılır. Tencere indirilirken üst kısma 2 çorba kaşığı yağ sürülür.

Başka derin bir kabta su kaynatılır, yumurtalar kabuğu ile içine atılarak 5 dakika kadar kaynatılır, sonra sıcak su dökülerek soğuk su ile değiştirilir ve yumurtalar soğutulur.

Öbür yandan ekmeğin bir dilimi yuvarlak olarak Ortası çıkarılarak kabuğu soyulmuş yumurtalar, onların içine yerleştirilir ve yağda kızartılır. Servis yapılırken ekmeğin tabağın etrafına, püre ise ortasına yerleştirilir. Domates salçası 3 kepçe olarak yumurtaların üzerine dökülür. Püre ve salçanın sıcak olmasına dikkat edilmelidir.