



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAK SAPI ÇORBASI

Yarım kilo ıspanak sapı
2 adet patates
2 adet havuç
1 adet kuru soğan
1 çorba kaşığı salça
1 çorba kaşığı tereyağı
4-5 su bardağı sıcak su
1 adet limonun suyu
4 adet sarımsak
Tuz, nane

İspanak saplarını iyice yıkayıp, ince ince kıyın. Patates ve havucu temizleyip, küp küp doğrayıp bir tencerede salça ve tereyağında beraber kavurun. Üzerine doğranmış patates ve havucu ekleyin. Hemen ardından 4-5 bardak sıcak su katıp 5 dakika haşlayın. Tuzunu ayarlayın. Sonrasında ıspanak saplarını ekleyip, 10 dakika daha pişmeye bırakın. Servis yapmadan önce, sarımsağı dövüp limon suyu ve nane ile karıştırın, çorbaya ilave edin. Sıcak servis yapın.