



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI ANADOLU ÇORBASI

1 bardak dövme
1 adet yumurta
1 bardak yoğurt
3 yemek kaşığı un
6 bardak et suyu
1 bardak kıyılmış ispanak kökü
1 bardak haşlanmış yeşil mercimek
1 yemek kaşığı tereyağı
1 çay kaşığı kırmızı pul biber
Tuz
Karabiber

Akşamdan 1 bardak dövmeyi ıslatın.

Dövmeleri (yarma) iyice yıkadıktan sonra, bol suda açılana kadar haşlayın.

1 yumurtayı 1 bardak yoğurtla birlikte iyice çirpin. İçine 3 kaşık unu karıştırın ve tencereye alın. 6 bardak et suyunu ilave edin. Tenceredeki karışımı orta ateşte, kaynayınca kadar karıştırın. Dövmeyi, daha önceden ıslatıp 10 dakika kadar kaynatıp, süzdüğünüz yeşil mercimekler ile kıyılmış ispanak köklerini ilave edin. 15 dakika daha kaynatıp çorbanın altını kapatın.

Servis yapmadan önce tereyağında kızdırılmış kırmızı pul biberli karışımı üzerine dökün.

