



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI ÇILBIR

750 gr ıspanak
6 yumurta
150 gr. yağ
1 kahve fincanı sirke
Tuz
Su
1 baş soğan

Soğanı, bir tencereye yağı koyarak içine çok ince doğrayınız. Ispanakları ayıklayıp, yıkadıktan sonra iyice suyunu süzünüz. Soğan pembeleşmeye başlayınca içine ıspanağı atarak ağır ateşte suyunu çekinceye kadar pişiriniz Bir tencereye su tuz ve sirke koyarak iyice kaynatınız. Kaynamakta olan suyun içine yumurtaları teker teker kırıp akı pişip beyaz bir top olunca delikli kepçe ile çıkarınız. Bozmadan tabağa diziniz. Suyunu tamamen çekip az kavrulmuş olan ıspanak ile birlikte servis yapınız. Üzerine yoğurt ve kırmızı biberli yağla süsleyebilirsiniz.