



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI EZOGELİN PİLAVI

2 su bardağı arpa şehriye
2 adet sivri biber
1 adet kırmızı biber
yarım demet ıspanak
1 tatlı kaşığı pul biber
3 yemek kaşığı margarin
1 tutam tuz
1 tatlı kaşığı muskat rendesi

Margarini eritip sırasıyla doğranmış ıspanak, sivri biber, kırmızı biber ve arpa şehriyeyi sote edin. 3 su bardağı su ve tuz ilave edin. muskat rendesini de ilave edip pişirin.