



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## ISPANAKLI GARNİTÜR

- 2 yemek tabağı ıspanak sapı
- 1 orba kaşığı zeytinyağı
- 1 avuç ceviz içi
- 1 orba kaşığı limon suyu
- 3 diş sarımsak
- 1 ay kaşığı tuz

İspanak saplarını az su ile yumuşayınca kadar pişirip eziniz. Kıyılmış ceviz ezilmiş sarımsak, zeytinyağı, limon suyu, tuz, arzuya göre kırmızı biber katıp karıştırınız.

[ML® Domates Garnitürü için tıklayın](#)

---