



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI KURU FASULYE ÇORBASI

- 2 yemek kaşığı margarin
- 1 adet kuru soęan
- 3 diř sarımsak
- 4 adet domates (rendelenmiř)
- 2 su bardağı kuru fasulye (haşlanmış)
- 150 gr ıspanak
- 3 ay kaşığı tuz
- 1 ay kaşığı karabiber
- 1 ay kaşığı pulbiber

Soğanı ve sarımsağı minik olarak doğrayıp margarinle tencerede kavurun. Üstüne rendelenmiş domatesi ekleyin ve domates hafif suyunu çekince 2-2,5 su bardağı su ekleyin. Su kaynamaya başlayınca kuru fasulyeleri ekleyin. Tuzunu ve baharatlarını ekleyin. Kısık ateşte kaynatın. Ocağın altını kapatlamaya yakın yıkadığınız ve incecik doğradığınız ıspanakları ilave edin ve karıştırıp ocağın altını kapatın.