



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI YUMURTA

750 gr ıspanak
4 yumurta
3 soğan
2 orba kaşığı sıvıyağ
Tuz
Karabiber
Kırmızı tozbiber

Ispanakları temizleyip bol suda yıkayın. İyice süzüp iri iri doğrayın. Soğanları soyup kıyın. Sıvıyağı tavada ısıtın. Soğanı ekleyip 3-4 dakika pembeleşinceye kadar soteleyin. Ispanak, tuz ve karabiberi ilave edip pişirin. Yumurtaları ıspanakların ortasına kırıp kısık ateşte tavanın kapağı kapalı olarak 2-3 dakika pişirin. Kırmızı tozbiberi serpiştirip sıcak olarak servis yapın.

[ML® Ispanak Püresi için tıklayın](#)