



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ISPANAKLI YUMURTA

Yarım kg ıspanak  
1 adet kuru soğan  
3 çorba kaşığı sıvı yağ  
4 adet yumurta  
Tuz  
Pul biber  
Karabiber

İspanaklar yıkanır, süzülür, doğranır. Tencereye aktarılır. Üzerine ince kıyılmış soğan, tuz ve yağ eklenir, karıştırılır. (Hiç su konmaz) Tencerenin kapağı kapatılır. Kısık ateşte hiç açmadan 25 dakika pişirilir. Süre sonunda ıspanakların aralarına 4 adet oyuk açılır. Oyuklara yumurtalar kırılır. Üzerine karabiber ve pul biber serpilir. Ağız kapalı olarak yumurtalar istenen kıvamı alana kadar pişirilir.

[ML® İspanaklı Ay Çöreği için tıklayın](#)

---