



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ARIŞILA

<https://esenler.bel.tr/>

- 1/2 adet bayat ekmeğ
- 1 kilogram ıspanak
- 4 adet soğan
- 1 kase yoğurt
- 4 diş sarımsak
- 2 adet yumurta
- 2 orba kaşığı tereyağı
- 1 orba kaşığı sıvı yağ
- 1 ay kaşığı kekik, fesleğen
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 20 adet çekirdeği çıkarılmış zeytin (süs için)

Bayat ekmeği rondodan geçirerek ıslatın. Ispanağı haşlayıp, rondodan geçirin. Soğanı kp küp keserek tavaya koyduğunuz sıvı yağda soteleyin. Karıştırma kabında ıslatıp sıktığınız ekmeğ ufağını, ıspanağı, sotelediğiniz soğanları karıştırın. Servis tabağına alın. Tabağın yanına sarımsaklı yoğurdu koyun. Haşlayıp dörde böldüğünüz yumurtalarla tabağı süsleyin. zerine kekik ve fesleğeni serpin. ekirdeği çıkarılmış zeytinleri de servis tabağında ss olarak kullanın. Tereyağını eritip üstüne dkn. Servis yapın.

