



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAVUÇLU İSPANAK ÇORBASI

www.sefabdullahusta.com

- 1 bağ ıspanak
- 1 adet küçük soğan
- 2 adet havuç
- 1 adet yumurta
- 1,5 su bardağı yoğurt
- 2 çorba kaşığı un
- 1 adet sıvı tavuk bulyon
- Sıcak su
- 3 çorba kaşığı sıvı yağ
- 2 çay kaşığı tuz

Tavamıza bir çorba kaşığı sıvıyağ koyup küçük küçük doğradığımız soğanları ve havuçları hafif çeviriyoruz. Ardından yıkayıp küçük doğradığımız ıspanakları biraz kavurduktan sonra üzerini hafif geçecek kadar sıcak su, tavuk bulyon ve tuzumuzu ekliyoruz.

Ayrı bir kaptan terbiyesini hazırlayabiliriz. Bir kaba yumurta ve yoğurdumuzu koyup çırpıyoruz. En son unumuzu ekleyerek hepsini karıştırıyoruz. Terbiyemize yoğurdumuzun kopmaması için 2 su bardağı sıcak suyu yavaş yavaş ekleyerek hızlıca karıştırıyoruz. Hazırladığımız terbiyeyi çorbamızı ekleyerek kısık ateşte 15 dakika kadar karıştırarak pişiriyoruz.

Çorbanın yoğunluğuna göre sıcak su ekleyebilirsiniz.

