



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## HATAY USULÜ İSPANAK BORANI

- 2 demet ıspanak
- 1 diş sarımsak
- 1 adet kuru soğan
- 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- 4 yemek kaşığı süzme yoğurt
- 1 yemek kaşığı ev yoğurdu
- Üzeri için:
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı kırmızı pul biber

İspanakları güzelce yıkayıp sirkeli suda bekletin.

Diğer yanda sıvı yağda doğranmış soğanı kavurmaya başlayın.

İspanakları süzüp kuruttuktan sonra ince ince doğrayın.

Soğanın üzerine yıkayıp doğradığımız ıspanağı ekleyerek, suyunu çekinceye kadar kavurmaya devam edin.

Suyunu çeken ıspanağa tuzunu da ekleyerek, 5 dakika daha kavurun ve soğumaya bırakın.

Sosu için; derin bir kaba süzme yoğurt, yoğurt, rendelenmiş sarımsak ve tuzu alarak karıştırın.

Soğuyan ıspanağın üzerine, hazırladığımız yoğurt sosunu ekleyerek özdeşleşmesini sağlayın.

İspanak boraniyi servis tabağına alın ve üzerine, tereyağında kızdırdığınız toz biberi gezdirerek servis edin.

