



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## İSPANAK ÇORBASI (ÇANAKKALE)

Çanakkale İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

250 gr ıspanak  
Yarım yemek kaşığı domates salçası  
4 yemek kaşığı un  
5 diş sarımsak  
Yarım çay bardağı sirke  
1 adet soğan  
1 tatlı kaşığı tuz  
Yarım çay bardağı ayçiçeği yağı  
1,5 lt su  
1 su bardağı su

İnce ince doğranan soğan, salça ve yağla pembeleşinceye kadar kavrulur. İnce doğranan ıspanaklar kavrulmakta olan soğana eklenir ve ıspanaklar yumuşayana kadar kavrulur. 1,5 lt su eklenerek kaynamaya bırakılır. Bir kâsede un, 1 su bardağı su ile çırpılır ve kaynamaya başlayan ıspanağın içine yavaş yavaş yedirilir. Yedirilirken 15 dakika süre ile karıştırılır. Sürenin bitiminde ocaktan indirilir. Sarımsaklar dövüldükten sonra tuz ve sirke ile karıştırılarak, çorbaya katılır. Bir iki kez karıştırıldıktan sonra servis edilir.

