



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ISPANAK ÇORBASI

Malzemeler:

1 kg yıkanıp ayıklanmış ıspanak
2 yemek kaşığı margarin
2 adet kuru soğan
1 çay bardağı un
1/2 kg kilo süt
2 su bardağı et suyu veya normal su
tuz
karabiber

Yapılışı:

İspanaklar tencereye koyduğumuz ılık su içinde öldürülür, süzülür ve suyu sıkılır. İnce ince kıyılır. Margarin tencereye koyulup, eritilir. İnce kıyılmış soğan eklenip pembeleştirilir. Un eklenip birkaç kez çevrilir. Sonra ıspanaklar koyulup karıştırılır. Yarım kilo süt, tuz, karabiber ve et suyu veya su eklenip 15 dakika kaynatılıp servis yapılır.

Afiyet Olsun
