



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAK ÇORBASI

2-3 kök ıspanak
1 adet havuç
2 kaşık tereyağı
2 kaşık zeytinyağı
2 kaşık un
2 su bardağı süt
2-3 su bardağı tavuk suyu
Tuz
Pulbiber
Karabiber

Daha sonra tavuk suyu ya da su ekleyin.

Diğer yandan bir tavada, kalan tereyağını eritin ve unu ekleyip kavurun.

Unun rengi kızanncı sürekli çırparak soğuk sütü ilave edin.

Çırpıp pürüzsüz bir karışım elde edin. Daha sonra bu sosu çorbaya ekleyip kaynatın.

Son olarak da; çorbanın kıvamını su koyarak ayarlayın. Tuzunu biberini atıp birkaç dakika kaynatın. Sıcak olarak servis edin.

