



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAK ÇORBASI

3 kök ıspanak
2 yemek kaşığı iri pilavlık bulgur
2 su bardağı yoğurt
2 yemek kaşığı un
1 tatlı kaşığı tereyağı
6-7 su bardağı su

Tencereye suyu ve bulguru alarak ocağın altını açın.

Üzerine iyice yıkanıp, doğranmış ve ince ince kıyılmış ıspanağı ekleyin.

Bulgur yumuşayana kadar pişirin.

Yoğurt ve unun homojen bir kıvam alana kadar karıştırın.

Kaynayan çorbanın suyundan alarak, azar azar tamamının tencereye aktarın. Kaynayana kadar karıştırın.

Kaynadıktan sonra tuzunu ilave edin.

3 dakika daha kaynattıktan sonra ocaktan alın.

Sıcak olarak kaselere bölüp servis edebilirsiniz.

