



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAK KÖKÜNDEN ÇORBA

- 1 kilo ıspanak kökü
- 1 kase yoğurt
- 1 adet kuru soğan
- 2 diş sarımsak
- 3 yemek kaşığı un
- 2 yemek kaşığı margarin
- 1 adet yumurta
- 1 yemek kaşığı sebzeli çeşni
- 1 yemek kaşığı nane
- 6 su bardağı su

İspanak köklerini yıkayıp doğrayalım.Bir tencereye sana yağını ve doğradığımız kuru soğanı koyup hafif kavuralım.İspanak köklerini de ilave edip karıştıralım.Un,yoğurt,yumurta,sebzeli çeşni ve sarımsağı rendeleyip çırpalım.Bu karışımı tencereye yavaşça döküp sürekli karıştıralım.Suyunu ilave edip kaynamaya bırakalım.Üzerine sana yağı ve nane ile sos yapalım.