



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAK KÖKÜ

Cavit Ünal

- 1 kg Ispanak kökü
- 1 Adet Soğan
- 1 Adet Portakalın Kabuğu
- 1/2 Adet Limon
- 1 Tatlı Kaşığı Şeker
- 1 Çay Bardağı Zeytinyağı
- 1 Çorba Kaşığı Pirinç
- 1 Çorba Kaşığı Limon Suyu
- 1/2 Çay Bardağı Portakal Suyu
- 1 Çay Kaşığı Tuz
- 1 Çay Kaşığı Karabiber

Ispanak köklerini yıkayıp kibrit çöpü uzunluğunda doğrayalım. Soğanları çok ufak doğrayarak kavuralım. Portakal kabuğu rendesini ve ıspanak köklerini de ekleyerek çevirelim. Sırasıyla şeker, portakal suyu, limon suyu, pirinç, tuz ve karabiberi ilave edelim. Tencerenin kapağını kapatıp ıspanak kökleri yumuşayıncaya kadar pişirelim. Ilık ya da soğuk olarak servis edelim.