



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAK VE PIRASALI OMLET

<https://www.elele.com.tr>

1 avuç ıspanak
½ adet pırasa
1 adet yumurta
Zeytinyağı

Pırasayı ince kıyın, zeytinyağın da çevirin, ardından ıspanağı ekleyin. İyice pişince yumurtayı kırın. Gerekirse püre yapın.

