



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ISPANAK YEMEĐİ

3 Yemek Kaşığı Sana Klasik  
1 Tutam pul biber  
1 Su Bardağı su  
1 Adet orta boy soğan  
1 Kg. ıspanak

Ispanakları ayıklayıp doğrayın ve bol suda yıkayın. Tencerede yağı kızdırın, soğanı rendeleyin ve yağda kavurun. Soğanlar pembeleşince ıspanakları ekleyin ve ara sıra karıştırarak ıspanakların erimesini bekleyin. Ardından 1 su bardağı kaynamış su, tuz ve dilediğiniz baharatları ekleyip kapağını kapatarak pişirin.



Fotoğraf "Somuncu" tarafından gönderildi. 25.06.2021