



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ISPANAK YEŞİLİ

Bir avuç ispanağı bir çimdik maydanoz ve taze soğanın birkaç yeşil yaprağı ile bir kuşhanede pişirip soğutunuz. Elle sıkıp suyunu döktükten sonra ezerek elekten geçiriniz. Katı düşerse soğuk etsuyu ile sulandırıp, saklayınız.

© lezzetler.com tarif no:52727 • adı:ISPANAK YEŞİLİ • gönderen:boyoz • indirme tarihi:19.04.2024 - 12:25