



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI APERATİF

- 4-5 adet ıspanak yaprağı
- 1 adet taze sođan
- 1 adet yumurta
- Tuz
- Karabiber
- 1 adet domates
- 2 adet tost ekmeđi
- 2 dilim teneke peyniri
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- Terayađı

Yapışmaz bir tavaya zeytin yağımızı koyduktan sonra yıkayıp ince ince doğradığımız ıspanak ve taze soğanımızı baharatları ile ilave edelim. Hafif pişirip ölmesine yakın bir adet yumurtamızın sarısını ekleyelim. Yumurta sarısı da güzelce piştikten sonra bir tabak içerisin de çatalla veya mini sebze doğrayıcıdan geçirerek ekmeğe sürebileceğimiz bir kıvam elde edelim. Tost ekmeğlerimizi bir fincan yardımı ile yuvaarlık keselim.Önce terayağı sonra ıspanaklı harcımızı ardından domates ve peynirimizi koyarak minik çubuklar batırıp çayın yanında servis yapalım.Afiyet olsun. Not:Dilerseniz ekmeğlerin en üstüne kaşar koyup fırına da verebilirsiniz.

