



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## ISPANAKLI BUĞDAY ÇORBASI

SuperFresh Doğranmış Ispanak 1 paket

Haşlanmış Buğday 1 su bardağı

Yoğurt 1 su bardağı

Yumurta 1 adet

Un 2 yemek kaşığı

Tuz

Üzeri için:

Kırmızı Pul Biber

Zeytinyağı 2 tatlı kaşığı

Haşlanmış buğday ve ince doğradığınız ıspanakları bir tencereye alın. Üzerine su ilave edip 20 dakika kaynatın. Bir karıştırma kabında yoğurt, yumurta, un ve tuzu pürüzsüz bir kıvam elde edene kadar çırpın. Çorbanın suyundan bir kepçe kadar ekleyerek ılındırın ve karışımı çorbaya ilave edin. Kaynayana kadar sürekli karıştırarak pişirin.

Çorba kaynamaya başlayınca kısık ateşte 5 dakika daha pişirip ocaktan alın. Çorbanızı pürüzsüz bir kıvam alıncaya kadar blenderdan geçirin.

Üzeri için kırmızı pul biberi zeytinyağında kavurup çorbanın üzerine gezdirin. Sıcak servis yapın.

---