



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI EGGS BENEDİCT

2 adet yumurta
2 yemek kas?ıg?ı sirke
500 mililitre su
Bir tutam tuz
1 dilim eks?i mayalı ekmek
250 gram ıspanak
1 adet limon

Hafif kaynayan suya sirke ve tuz ekleyin, kas?ıkla karıs?tırarak bir akım yaratın.

Yumurtaları kaynayan suyun ic?ine tek tek kırın.

4 dakika piş?en yumurtaları bir kevgir yardımıyla kag?ıt havlunun u?zerine alın. Yumurtaların pişme süresi kıvamı açısından oldukça önemli.

Eks?i maya ekmeg?ini fırında, u?zerine hafif tereyag?ı su?rerek kızartın.

İspanakları kızgın tavada soteleyin, yarım limon kabug?u rendeleyin ve tuz ile tatlandırın.

Sırası ile kızartılmış? tercihen eks?i mayalı ekmek, sote ıspanak, pos?e yumurta ve Hollandez sosu u?st u?ste koyarak servis edin.

