



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI ERİŐTE

1 paket eriste makarna
1 demet ıspanak
Tuz
1-2 diő sarımsak

Önce makarnayı haőlayalım.Bunun için 7-8 su bardağı suya 1 çay kaőıđı tuz atıp kaynatalım. Sonra da kaynayan suya eriőte makarnayı salıp, 8-9 dakika kadar haőlayalım. Süzdürüp, bir kenara koyalım.Bu arada da ıspanakları ayıklayıp, bir parmak kalınlığında doğrayalım. İyice yıkayıp süzmeye bırakalım. Öte yandan geniő ve derin bir tavaya yağ koyup, erir erimez dövülmüő sarımsakları ekleyip, őöyle 1 dakika kadar kavuralım. Böylece sarımsağın aroması yağa geçmiő olur. Hemen üzerine soğanları aktaralım ve soğanlar iyice sararıncaya kadar 2 dakika kavuralım.ıspanakları ilave edip, ara sıra karıőtırarak 7-8 dakika soteleyelim. En sonunda tuz ve karabiberle beraber krema ve makarna suyunu da katalım ve 2-3 dakika kaynatıp, ocağın altını söndürelim. Bir tarafta bekleyen eriőte makarnamızı da bu sosun içine aktaralım karıőtırıp, servise sunalım.