



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI GÜZ ÇORBASI

[Sahrap Soysal](#)

- 1 su bardağı haşlanmış yeşil mercimek
- 1 su bardağı haşlanmış nohut (konserve nohut kullanılmasını öneririm)
- 1 su bardağı ev eriştesi (hazır erişte ya da hazır Kayseri mantısı da kullanabilirsiniz)
- 4 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 tepelme yemek kaşığı domates salçası
- 8-9 su bardağı et ya da tavuk suyu
- 100 gr ıspanak yaprağı (yaklaşık 10-12 adet iri yaprağa denktir)
- 3 diş dövülmüş sarımsak
- 3 yemek kaşığı nar ekşisi (1 adet büyük boy limonun suyu da kullanılabilir)
- 1 yemek kaşığı kuru nane
- 2 çay kaşığı kırmızı pul biber
- 1 çay kaşığı tuz

İspanak yaprakları ayıklanıp iyice yıkanır ve incecik kıyılır.

Salça, zeytinyağı, et ya da tavuk suyu orta boy bir tencereye koyulup orta ısı ateşte, kaynıncaya kadar pişirilir. (salça katılmadan önce suda eritilir)

Diğer taraftan, dövülmüş sarımsak ve nar ekşisi (limon suyu da kullanılabilir) küçük bir kasede çırpılır.

Bu çorba için ev eriştesi ya da ev makarnasının kırık kısımları kullanılır. Küçük Kayseri mantısı da bu çorba için uygun olabilir. Eğer ikisi de yoksa 1 su bardağı hazır erişte kullanılabilir.

Çorbanın suyu kaynamaya başlayınca haşlanmış nohut, yeşil mercimek ve erişte de tencereye aktarılıp sık sık karıştırılarak 10 dakika kadar pişirilir. İspanak eklenip karıştırılmaya devam edilerek 5 dakika daha pişirilir.

Hazırlanan sarımsaklı sos, karıştırılarak çorbaya ilave edilir. Tuz, kuru nane ve kırmızı pul biber serpiştirilip çorba 10 dakika daha kaynatıldıktan sonra ocaktan alınır. Sıcak sıcak servise sunulur.