



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI HİNDİ

500 gr hindi kalça
300 gr ıspanak
2 Adet soğan
15 Adet kültür mantarı
1 Yemek Kaşığı domates püresi
2 Diş sarmsak
100 gr Sana Margarin

Kuşbaşı doğranmış hindi kalça, ince kıyılmış sarmsak ve yemeklik doğranmış 1 adet soğanı, 1 çorba kaşığı sana margarin etler yumuşayana kadar kavurun. Domates püresini ekleyip 1-2 dakika daha kavurduktan sonra servis tabağına alın. Diğer tarafta ıspanağı ayıklayıp yıkayın ve süzölmeye bırakın. Daha sonra ayrı bir kaptaki ince kıyılmış ıspanak, 1 adet soğan ve 5 adet kültür mantarını 1 çorba kaşığı margarinde kavurun. Kavurduğunuz ıspanağı 10 adet kültür mantarının içine paylaşın. Önceden ısıtılmış 150 derece fırında 15 dakika pişirin. Etle birlikte sıcak servis yapın.