



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SPANAKLI IZGARA SOSO

1,5 su bardağı süt
1 dolu çorba kaşığı un
1 çorba kaşığı tereyağı
10 adet ıspanak yaprağı
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz

Un ve tereyağı bir kaptaki pembeleştirilir. Üzerine soğuk süt, tuz, karabiber katılır. Sürekli karıştırarak göz göz olana kadar pişirilir. Ateşten almadan hemen önce ince kıyılmış ıspanak yaprakları atılır. Karıştırılır ve ateşten alınır.