



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ISPANAKLI KEREVİZ DOLMASI

2 adet kereviz  
1/2 limonun suyu  
1/2 kg. ıspanak  
1 adet soğan  
1 tatlı kaşığı sıvı yağ  
1 çorba kaşığı pirinç  
Karabiber, kırmızıbiber, tuz

Kerevizlerin ortalarını oyup limonla ovun ve 15 dakika haşlayın. Doğranmış soğanı sıvı yağda kavurun. Doğranmış ıspanakları ve pirinci ekleyin. Tencerenin kapağını kapatıp ıspanakları kendi suyu ile pişirin. Tuz ve baharatlarını ekleyin. Ocaktan alın. Haşlanmış kerevizlerin içine ıspanağı doldurun. Dilerseniz yoğurtla da yiyebilirsiniz.



Fotoğraf "Yüksel Gürbüz" tarafından gönderildi. 03.06.2015