



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI KURU BAKLA

1 demet ıspanak
2 su bardağı kuru bakla
2 baş soğan
1 orba kaşığı tereyağı
1 kahve fincanı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı salça
1 tatlı kaşığı tuz

Baklalalr haşlanır ve suyu süzölür. Tencereye tereyağı, sıvıyağ, kıyılmış soğan ve tuz konur. Orta ateşte soğan şeffaflaşana kadar kavrulur. Üzerine salça ilave edilir. Bir kaç dakika sonra iri doğranmış ıspanaklar konur. Biraz pısınca bakla katılır. 1 su bardağı kadar su konur. Kapak kapatılır. Yaklaşık 20 dakika pişirilir.