



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ISPANAKLI LAPA

1 adet soğan
Yarım demet ıspanak
2 su bardağı pirinç
1 ay bardağı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı tuz
7 su bardağı su

Soğan ince entilir, sıvıyağda pembeleştirilir. Üzerine kıyılmış ıspanak eklenir. Su ve tuz eklenir, kaynatılır. Üzerine yıkanmış pirinç salınır. Pirinç şeklini kaybedene kadar pişirilir. Hemen servise sunulur.