



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI MANTAR SALATASI

30 gram tereyağı
yarım kilogram ıspanak
200 gram eski kaşar
6 adet kültür mantarı

İspanaklar iyice yıkandıktan sonra ıspanakları tencerede haşlayın. İspanaklar piştikten sonra bir kasede içine tuzunu çok az tereyağı ekleyip iyice karıştırın. Yıkadığınız mantarları sapını çıkartın ve sıcak suda 5 dakika haşlayın. Eski kaşarları küp küp doğrayıp mantarın içine önce kaşar sonra hazırladığınız ıspanaklı karışımı bırakın. Fırında 10 dakika bekletip sıcak olarak servis yapın.