



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI MENEMEN

3 adet yumurta
2 adet orta boy domates
20 yaprak körpe ıspanak
Tuz
Sıvı yağ

Sıvı yağ koyduğunuz tavaya rendelenmiş domatesleri ve kıydığınız ıspanakları ekleyip kavurun. Kısık ateşte pişirdiğiniz karışıma yumurtaları kırıp bir tutam tuz ilave edin ve karıştırın.

