



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI MÜCVER

- 1 havuç
- 2 adet kabak
- 2 diş sarımsak
- 1 adet havuç
- 4 adet ıspanak
- 5 baş yeşil soğan
- 1/2 demet maydanoz
- 2 yumurta
- Tuz, Karabiber
- Pul biber, Kekik
- 5 kaşık un

Cam kâsede rendelenmiş kabak, havuç, kıyılmış soğan, maydanoz, yumurtayı, dövülmüş sarımsağı, tuz, birer çay kaşığı baharatları koyduktan sonra, yıkanmış kıyılmış ıspanakları da katıp, karıştırın. Unu ilave ettikten sonra, cıvık veya katı olmamasına dikkat ederek, harcı kaşık kaşık koyarak, kızgın yağda kızartın. Sıcak olarak servis yapın.

