



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI TİRİT

Malzeme:

1/2 ay bardağı Altın Hasat Sızma Zeytinyağı
2 dilim tost ekmeğı
1 adet kırmızı soğan
2 orba kağığı dolmalık fıstık
500 gram ıspanak
tuz
karabiber
1 limonun suyu

İspanakları yıkayıp süzdükten sonra biraz yumuşaması için sıcak suyun içine atıp hemen çıkartın. Ekmekleri küp şeklinde doğrayıp 220 dereceye ayarlı fırında veya tost makinesinde kızartın. Dolmalık fıstıkları yağsız olarak bir tavada rengi değışene dek kızartın. Tavayı ocaktan alın. Ay şeklinde doğranmış kırmızı soğan, zeytinyağı, tuz, karabiber ve limon suyu ile ıspanakları harmanlayın. En son iyice kızartılmış ekmek parçalarını ilave edip karıştırın. Sıcak servis yapın.