



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI TOST

2 adet kepekli ekmek
2 diş sarmısak
3 yaprak ıspanak
Kaşar peyniri
1 kaşık tereyağı

İnce doğradığımız sarmısakları bir kasık tereyağında çok az soteliyoruz, ardında ıspanakları ekliyoruz ve 1 dk soteliyoruz tost ekmeklerinin her yüzeylerini yağ ile güzelce yağıyoruz tost makinasına yerleştirdiğimiz ekmeklerin arasında ıspanağı ve dilediğimiz kadar kaşar peynir yerleştiriyoruz kızarana kadar bekliyoruz.