



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI YOĞURT ÇORBASI

MALZEMESİ (6 kişilik):

5 su bardağı et suyu,
yarım kg. ıspanak,
yarım çay bardağı pirinç,
2 su bardağı yoğurt,
yarım demet maydanoz,
1 tatlı kaşığı salça,
1 yemek kaşığı margarin,
tuz,
karabiber.

Et suyunu kaynattıktan sonra, pirinci koyup 5 dakika pişirin. Üzerine ıspanak ve maydanozları ince doğranmış bir şekilde ekleyip 10 dakika daha pişirin. Sonra biraz soğumaya bırakın. Yoğurdu et suyuyla sulandırıp yavaşça ve çorbayı karıştırarak ilave edin. Yeterince tuz ve biberini katın. Hafifçe kızdırdığınız margarine salçayı yedin ve çorbanın üzerine gezdirin. Afiyet olsun.