



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI YUMURTA (KARAMAN)

İsmail Hakkı Güleç

Yıkayıp doğrana ıspanak bir tencerede yumuşayınca kadar pişirilir.
Kavrulmuş soğan ve baharatlar ilave edilir.
Piştikten sonra yağlanmış bir tavaya dört tane ortası çukur küme yapılır.
Yumurtalar bu çukurlara kırılır.
Tavanın ağzı kapatılıp, yumurtalar pişince ocak söndürülür.
