



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ISPANAKLI YUMURTA

Yarım kg ıspanak  
1 adet kuru soğan  
3 adet yumurta  
1 yemek kaşığı zeytinyağ  
1'er çay kaşığı tuz pulbiber

Ispanakları bol suda yıkadıktan sonra çok iri olmayacak şekilde doğrayın, Kuru soğanı yemeklik doğrayın, yayvan bir tencerede ( veya tavada) soğanları sıvıyağ ile kavurun. Soğanlar hafif pembeleşince üzerine ıspanakları ilave edin. Ispanaklar sönüp azalınca, tuzunu ekleyin. Ispanakları suyunu çekinceye kadar karıştırarak kavurun. Ispanakların üzerine kaşıkla boşluklar açın, açılan boşluklara yumurtaları kırın. Yumurtaların üzerine bir fiske tuz serpin. Tencerenin kapağını kapatın ve yumurtaları istediğiniz kıvamda pişirin. Servis yaparken üzerine pul biber serpin