



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KEÇİ PEYNİRLİ İSPANAK ÇORBASI

1,5 yemek kaşığı un
1 adet soğan
2 diş sarımsak
Yarım çay bardağı zeytinyağı
500 gram ıspanak
1 su bardağı süt veya yarım su bardağı krema
4 su bardağı tavuk suyu veya su
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı kırmızı pul biber
1 çay kaşığı karabiber
Üzeri için:
200 gram keçi peyniri

Zeytinyağını ısıtın. Yemeklik doğradığınız soğan ve sarımsakları ekleyip soteleyin. 1,5 yemek kaşığı unu ilave edip harmanlayın. İri doğradığınız ıspanak yapraklarını ilave edip sotelemeye devam edin. Ispanaklar yumuşayınca 2,5 su bardağı suyu ilave edin. Kısık ateşte 15 dakika pişirdikten sonra blender'la pürüzsüz kıvama gelinceye kadar ezin. Bir su bardağı süt veya kremaya, tuz ve karabiberi ekleyip kaynatın. Çorbayı kasele aktarın. Üstüne keçi peyniri ve pul biber serpererek servis yapın.

