



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIŞ MENEMENİ

- 1 demet ıspanak
- 1 orba kaşığı salça
- 2 adet soęan
- 5 adet yumurta
- 1 orba kaşığı tereyağı
- 1 su bardaęı su

Soęanlar ince kıyılır ve tereyağında solana kadar kavrulur. İnce kıyılmış ıspanak eklenir, küölene dek çevrilir. Salça ve tuz ilave edilir. 1 su bardağı sıcak su konur. Bu arada yumurtalar başka bir kaptaki çırpılır, pişen karışımaya eklenir ve karıştırılır. Arzu edilen kıvama gelene kadar pişirilir.