



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KÖFTELİ İSPANAKLI ÇILBIR

250 gram kıyma, 1 adet yumurta, 2 dilim bayat ekmek, tuz, karabiber ile köfte yoğurun. Yoğurduğunuz köfte harcından halka şeklinde köfteler hazırlayın. 1 kg ıspanağı yıkayıp, doğrayın. 1 çorba kaşığı sıvıyağda, 1 adet rendelenmiş soğanla birlikte kavurun. Köfteleri 2 çorba kaşığı sıvıyağda kızartın. Ispanakları bir servis tabağına alın. Üzerine köfteleri yerleştirin. Bir tencereye su koyup, kaynatın. Yumurtaları tek tek kırıp, pişirin. Köftelerin üzerine yerleştirin. Köfte sayısı kadar yumurta pişirin. Üzerine sarımsaklı yoğurt döküp, kırmızı biber serpin ve servis yapın.
