



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KOLAY İSPANAK ÇORBASI

250 Gr İspanak Yapağı
1 Su bardağı Süt
2 Çorba Kaşığı Un

İspanak Yapraklarını yıkadıktan sonra kaynamış olan suyun içerisine batırıp çıkarıyoruz. Burada yapılmak istenen ıspanakların yumuşamasını sağlamaktır. Bu nedenle uzun süre sıcak suda tutulmaz. İspanakları soğuk suya alıyoruz. Soğuk sudan süzüp parçalayıcıya alıyoruz püre haline getiriyoruz. Tencerenin içerisine az miktarda çiçek yağı koyuyoruz yağın üzerinede unu ilave edip kavuruyoruz. Unun yanmamasına dikkat ediyoruz. Çiğ kokusu çıkana kadar kavurduktan sonra üzerine soğuk süt ve su ilave edip kaynamaya bırakıyoruz. Kaynayınca ıspanak yapraklarını bu harcın içine döküyoruz. Bir taşım kaynadıktan sonra ihtiyacı kadar su ve tuz ilave ediyoruz. Altını kapatıyoruz çorbamız servise hazırdır.



Fotoğraf "hacı karagöz" tarafından gönderildi. 21.08.2020