



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KREMALI İSPANAK ÇORBASI

500 gr ıspanak
1 orba kaşığı un
1 yemek kaşığı tereyağı
2 su bardaęı süt
1 su bardaęı su
1 adet soęan
1/2 paket krema
Biraz tuz

İyice yıkadığınız ıspanakları ince ince doğradıktan sonra soğan ve yağ ile birlikte kavurun. zerine unu ekleyip kavurmaya devam edin. Sonra sütü ve suyu ekleyip 15 dakika kadar pişirip blender'dan geçirin. En son kremayı dökün ve tuzunu atıp servis edin.



Fotoęraf "tarifsiz tarifler" tarafından gönderildi. 25.08.2018