



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

MERCİMEKLİ İSPANAK

MALZEMELER

- 1 Kg İspanak Kökü
- 2 Adet Soğan
- 5 Çorba Kaşığı Margarin
- 1 Tatlı Kaşığı Biber Salçası
- 1 Su Bardağı Haşlanmış Yeşil Mercimek
- 1 Çay Kaşığı Karabiber

YAPILIŞ TARİFİ

İspanağın kırmızı köklerini yaprağına kadar yemeklik doğrayıp iyice yıkayın. Soğanları ince ince kıyın. Bir tencerede margarini eritip soğanlar pembeleşinceye kadar kavurun. Salçayı ve mercimeği ekleyerek karıştırın. Daha sonra yıkadığınız ıspanakları sıkmadan sulu olarak üzerine ilave edin. Tuzunu ve karabiberini serpip kısık ateşte 20 dakika pişirin. Ateşten indirmeden önce limon sıkıp 5 dakika daha pişirip servis yapın.
