



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU İSPANAK ÇORBASI

1 demet ıspanak
1 su bardađı nohut
1 adet sođan
1 ay bardağı sıvı yağ
1 su bardađı yođurt
2 orba kaşığı un
1 adet yumurta
Tuz, karabiber
6 su bardađı su

İspanaklar yıkanır, bir tencereye konur. Hiç su, yağ eklemeyen kapaklı olarak, kısık ateşte 20 dakika pişirilir. Daha sonra robotta geçirerek püre yapılır. Diđer tarafta ince kıyılmış soğan yağda pembeleştirilir. Üzerine ıspanak püresi katılır. Birkaç kez çevrilir. Tuz, karabiber, haşlanmış nohut ve su eklenir. Bir taşım kaynatılır. Yođurt, yumurta ve un iyice çırpılır. Kaynayan orbadan bir kepçe ilave edilerek ılıştırılır. orbaya eklenir, bir taşım daha kaynatılır. Sıcak servis yapılır.