



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI PASTIRMALI YUMURTA

3 adet yumurta
400 gram ıspanak
2 orba kaşığı tereyağı
100 gram pastırma

Öncelikle tavaya tereyağını koyup eritin. Üzerine yıkanmış ırice doğranmış ıspanakları ilave edip biraz pişmeye bırakın. ıspanakları pişince pastırmaları kenarına dizin. Yumurtaları da ortasına kırıp kapak kapatın ve 4 dakika kadar pişirip sıcak ikram edin.

