



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PEYNİRLİ ISPANAK

<https://www.elele.com.tr>

1 tutam kuzu ispanak
1 kaşık keçi peyniri
Tereyağı

Ispanağı buharda pişirin. Peyniri ve tereyağını da ekleyip püre haline getirin.

