



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PİRİNÇLİ İSPANAK

1 kg. İspanak
2 adet orta boy kuru soğan
1 çay bardağı pirinç
6 çorba kaşığı sıvıyağ
1 su bardağı etsuyu
tuz
karabiber

Soğanlar ince kıyılır ve sıvıyağda kavrulur. Yıkamış İspanak soğana katılır, bir kaç kez çevrilir. Üzerine yıkamış süzölmüş pirinç et suyu ve tuz eklenir, kapaklı olarak 20 dakika pişirilir.
