



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SALAMLI ISPANAK

1 kg ıspanak (iri doğranmış)
6 dilim Banvit Macar Salam (ince jülyen doğranmış)
100 gr vişne (donuk, süzölmüş, suyu ayrılmış)
150 ml krema
Tuz, karabiber (arzu edilen miktarda)

Salamları yağsız tavada ve orta ateşte karıştırarak 2-3 dak. soteleyin. Ispanakları ilave edip karıştırmaya devam ederek ıspanaklar yumuşayınca kadar yaklaşık 10 dak. daha soteleyin.

Vişne, 2 çorba kaşığı vişne suyu, krema, tuz ve karabiber ekleyip harmanlayın. Kapak kapatıp hızlı ateşte kaynama noktasına kadar ısıtın, ateşi kısın ve 3-4 dak. pişirin.

Sıcak servis yapın.

