



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ MENEMEN

MALZEMELER

2 pırasa
8-10 ispanak yaprağı
200 gr domates
40 gr tereyağı
6 yumurta
1 demet maydanoz
Tuz

YAPILIŞ TARİFİ

Pırasaları temizleyip ince ince doğrayın. Ispanak yapraklarını temizleyip kıyın. Domateslerin kabuklarını soyup küp küp doğrayın. Maydanozu temizleyip kıyın. Bir tavada tereyağını kızdırıp pırasayı kavurun. Küp doğranmış domatesi ekleyip kavurmaya devam edin. Ispanağı ilave edip birkaç dakika daha kavurun. Yumurtaları üzerine kırıp tuz serpin. Tahta kaşıkla hafifçe karıştırıp 5 dakika pişirin. Menemenin üzerine maydanozu serpiştirip sıcak olarak servis yapın