



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU İSPANAK KÖKÜ ÇORBASI

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

1/2 kg ispanak kökü
200 g tavuk bonfile
1 adet küçük kırmızı soğan
1 adet küçük kapyra biber
Tuz, karabiber
1 yemek kaşığı sıvı yağ

Soğanları piyazlık doğrayarak sıvı yağda pembeleştirin ve julyen doğradığınız tavukları da ekleyerek kavurmaya devam edin. Baharatları ekleyerek 3 bardak su ilave edin. Ispanak köklerini de ekleyip, yumuşayınca kadar pişirin.

