



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TERBİYELİ İSPANAK ÇORBASI

1 kg. ıspanak
yeteri kadar tuz ve karabiber
1 orba kaşığı tereyağı
1 orba kaşığı un
1/2 bardak su
1 orba kaşığı pirinç
1/2 bardak yoęurt
1 yumurta sarısı

İspanakları yıkayın, haşlayın ve ince ince kıyın. Tuz, karabiber ilave edin. Ağzı sıkı kapanan bir tencerede tereyağını hafifçe pembeleştirin. Un koyarak kavurun. İçine ıspanak, su ve pirinçleri ilave ederek hafif ateşte pişirin. Gerekirse su ilave edin. Pirinçler pişince, çorbaya yumurta sarısı ile çırpılmış yoğurt koyarak servis yapın.

[ML® Terbiyeli İspanak orbası için tıklayın](#)



Fotoęraf "göl" tarafından gönderildi. 04.03.2024