TERBİYELİ ISPANAK KÖKÜ

1 kilo ıspanak
Yarım limon
3 kaşık yağ
3 bardak et suyu
3 baş soğan
Yeteri kadar tuz

Ispanak kökleri üç, parmak uzunluğunda kesilir. Uçları temizlenir, bıçakla birkaç yerinden yarılır. Böylelikle temizlenme bitirilir. (Geriye kalan yapraklar kavurma ya da pirinçle birlikte kullanılabilir.) Bir kap içinde yeteri kadar yağla, iyi yıkanmış ıspanak kökleri öldürülür. Pişecek kaba konur, üç bardak et suyu, yağ, temizlenmiş bütün soğan, tuz konur yarım limon sıkarak pişirilir. Bir kap içinde yumurta sarısı ile iki kaşık soğuk ya da kaynamış ıspanağın suyu konur. Yumurta vurma teliyle ateşte pişirilir, ıspanağın üzerine dökülür. Ispanağın üzerinden bütün soğanlar alınır ve böylece servis yapılır.

ML® Ispanak Kökü Kuşhane için tıklayın

© lezzetler.com tarif no:8093 • adı:TERBİYELİ ISPANAK KÖKÜ • gönderen:Rana • indirme tarihi:03.06.2024 - 12:43