



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TOPALAK İSPANAK

50 gr tereyağı  
2 adet yumurta  
5 Yemek kaşığı un  
1 fincan ılık süt  
1 imdik tuz  
350 Gram ekmek gevreğı  
750 Gram Dondurulmuş ıspanak  
3 Yemek kaşığı rendelenmiş parmesan peyniri

Soğanı rendeleyin ekmek parçalarını yumurta süt, ıspanak biraz tuz ile karıştırılır biraz bekletilir sonra ıslak elle küçük köfteler yapılır bir tepsi içine un serpilir ve yapılan köfteler unlu tepsiye sıralanır tepsi sallanarak köfteler una bulanır tuzlu kaynar suda haşlanan köfteler tavada kızdırılan tereyağda biraz kızartılır servis tabağına konur üzerlerine rendelenmiş parmesan peyniri serpilerek servise hazırlanır.