



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YEŞİL GÜNLER ÇORBASI

Yarım demet ıspanak
2 orba kaşığı un
4 orba kaşığı zeytinyağı
1 ay kaşığı tuz
6 su bardağı su

İspanaklar yıkanır. Blenderden geçirerek püre haline getirilir. Tencereye sıvıyağ ve hazırlanan ıspanak ilave edilir, bir kaç dakika çevirdikten sonra un, tuz ve soğuk su eklenir. Orta ateşte sürekli karıştırarak bir taşım pişirilir.