



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURTLU İSPANAK ÇORBASI

Malzemeler:

- 1 küçük demet ıspanak
- 1 ay bardağı pirinç
- 1 su bardağı yoğurt
- 2 orba kaşığı un
- 1 adet yumurta
- 4 orba kaşuğı sıvı yağı
- 1 ay kaşığı karabiber
- 2 ay kaşığı tuz
- 7-8 su bardağı su ya da et suyu

Yapımı:

Piricin zerine 2,5 su bardağı su eklenir, yumuşayana kadar kısık ateşte pişirilir. Ispanak yıkanır, sapı ile birlikte ince doğranır. Tencereye su ya da et suyu konur, tuz eklenir kaynama noktasına gelince ıspanak atılır. Ispanak yumuşayana kadar pişirilir. zerine haşlanmış pirinç katılır. Bu arada yoğurt, yumurta, sıvı yağ karabiber ve un iyice çırpılır. Kaynamakta olan çorbadan 1 kepçe yoğurtlu karışıma eklenir ve çorbaya sicim gibi akıtılarak eklenir. orba sürekli karıştırarak bir taşım kaynatılır. Sıcak olarak servise sunulur.