



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YUMURTALI İSPANAK

1 kg ıspanak
250 gr kıyma
1 kuru soğan
4 yumurta
Tuz
Pulbiber

Soğanı yemeklik doğradıktan sonra derin bir tavada hafif kavur ve kıymayı ilave et. Kıyma kavrulunca pul biber ve doğranmış ıspanakları ilave edip kavurmaya devam edin. Ispanakların kabarıklığı sönünce tuzunu ilave et ve karıştırarak tavaya yay ardından dört ayrı yerine dört yumurtayı kır, hiç karıştırmadan kapağını kapat yumurtaların sarısı yarım pişince ocağın altını kapat. Kapak kapalı kalsın kendi ısısı ile yumurtalar pişmeye devam edecektir. Servis ederken mala veya büyük kaşık ile yumurtaları dağıtmadan ve ters çevirmeden tabağa koyun.

