



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## YUMURTALI İSPANAK

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

Yarım kilogram ıspanak  
3-4 adet yumurta  
Tuz  
Karabiber  
Pul biber  
Kırmızı biber  
2-3 çorba kaşığı sıvı yağ  
1.5 yemek kaşığı salça  
1 orta boy soğan

İspanakların kökleri ayıklanıp bol su ile yıkayın.

Tencereye koyarak üzerine su koymadan hafifçe haşlayın.

Büyükçe bir tavaya sıvı yağı alıp küçük küçük doğranmış soğanı sıvı yağda pembeleştirin.

Salçasını ilave edin.

Ardından ıspanakları kevgirle alıp (suyunu sıkmayın kevgirle alırken gelen hafif su olunca daha lezzeti olur.) ve isteğe göre çemeni ekleyip karıştırın ve ıspanakları hafifçe kavurun.

Tuzunu ve baharatını ayarlayıp üzerinde 4 tane göz açın ve boşluklara yumurtaları kırın.

Yumurtaların üzerine de tuz ve kırmızı biber ektikten sonra tavanın ağzını kapatarak yumurta akları pişene dek ateşte tutun.

