



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)  
Banu Atabay'ın Mütevazi Lezzetler© Azərəcə Yemək Tərifləri

## Kartoflu İspanaq

Patatesli İspanak



2 Ədəd orta boy kartof  
1 kq. ispanaq  
1,5 Çay stəkanı süd  
1,5 Şu stəkanı rəndə kaşar  
1 Şirin qaşığı duz  
Yarım şirin qaşığı qırmızı marka bibər

- # İspanaqlar yuyunur, suyu süzülər, iri iri doğranar, bir qazana yağ ya da su əlavə etmədən qoyular, qapağı bağlı olaraq çox batıq atəşdə, öz buxarıyla, yarım saat bişirilər.
- # Orta böyüklükdə soba nimçəsinə bişmiş ispanaq yayılar, yarım şirin qaşığı duz və qırmızı marka bibər səpilər, üzərinə süd gəzdirilər.
- # Üzərinə qaynadılmış kartof rəndələniyə, yarım şirin qaşığı duz səpilər.
- # Ən üstə rəndə kaşar yayılar, arzu edilsə üzərinə qırmızı marka bibər səpilər. 175 dərəcə sobada kaşar pendiri qızarana qədər bişirilər.
- # Kvadrat şəklində kəsilər, isti olaraq süfrəyə gətirilər.

**Not:** Köhnə kaşar istifadə ediləcəksə, duz miqdarı yarı yarıya azaldılar.