



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

Qozlu İspanaq

Cevizli İspanak



- 2 Dəstə ispanaq
- 2 Ədəd orta boy quru soğan
- 1 Su stəkani qoz
- 2 Ədəd yumurta
- 2 Su stəkani rəndə kaşar
- 1 Çay qaşığı qara bibər
- 1 Çay qaşığı qırmızı marka bibər
- 1 Çay qaşığı duz
- 1 Su stəkani sıvıyağ

- # Ön hazırlıq olaraq ispanaq yuyunur, çox iri ola bilməyəcək şəkildə doğranar. Soğan yeməli incə qıyılar. Kaşar pendiri rəndənin qalın kənarıyla rəndələnir. Qoz içi dişə gələcək irilikdə döyülər.
- # Qazana sıvıyağ qon/qoyular, orta atəşdə istilənincə quru soğan əlavə olunur, şəffaflaşana qədər qovrulur.
- # Daha sonra atəş harlı mövqeyə nizamlanır və ispanaq qatılır, ispanaq sönənə qədər qovrulur.
- # Üzərinə duz, qırmızı bibər və qara bibər əlavə edildikdən sonra qoz qatılır, qarışdırılır.
- # Qarışığın üzərinə yumurtalar qırılır, bir neçə dəfə çevrilər, atəşdən alınır. Dərhal kaşar pendiri əlavə olunur, qarışdırılır, qazanın qapağı bağlanılır.
- # Təxminən 5 dəqiqə sonra isti olaraq xidmət edilir.

Not: İspanaq batıq atəşdə qovrulsa sununu buraxar, bu tərifdə harlı atəşdə qovrulması tövsiyə edilir.