



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

Huevo con espinacas

Ispanaklı Yumurta



500 gramos espinacas
1 cebolla
7 cucharadas de aceite vegetal
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de pimienta roja triturodos
4 huevos

- # Lavar las espinacas y desagüe, y luego finamente rebanada.
- # Poner el aceite en una sartén y añadir la cebolla en dados y las espinacas, y espolvoree un poco de sal.
- # Cubra la tapa y cocinar sin añadir agua.
- # Cuando las espinacas cocidas se hacen algunos espacios en la sartén, utilizando una cuchara y luego romper los huevos que en los espacios.
- # Se espolvorea con pimienta roja triturada en las yemas.
- # Cocine los huevos hasta que alcance el derecho coherencia.
- # Sirva caliente.

Nota: Puede utilizar chard en lugar de las espinacas.