



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Ricette di cucina

Uovo Affogato con spinaci

Ispanaklı Çılbır



1 mazzetto di spinaci
1 cipolla media
5 cucchiaini d'olio vegetale
1 cucchiaino di sale
4 uova
5 bicchieri d'acqua
4 cucchiaini di aceto
Per la sopra;
1,5 bicchieri di yogurt
4 spicchi di aglio

- # Gli spinaci si lavano e si filtrano bene poi si mettono in una pentola e si coperta il coperchio. Si bolisce con il vapore se stessa. Poi si fa passare dal robot e diventa come purè.
- # Nella pentola si mette olio vegetale dopo aver riscaldato si aggiunge purè di spinaci si cucinano insieme per 5 minuti e poi si leva dal fuoco .
- # In un'altra pentola si mette 5 bicchieri d'acqua si aggiunge mezzo cucchiaino di sale e 4 cucchiaini di aceto si bolliscono.
- # Quando arriva nel momento di bollimento si aggiunge si aggiunge uova nell'acqua. (Si rompono 4 uova senza toccare una l'altra.)
- # In questo momento la miscelata di spinaci si divide in 4 piatti .
- # Dopo le uova dure si mettono sopra delle spinaci poi si mette alla sopra la miscelata di yogurt sopra delle uova.
- # Se si vuole sopra si può aggiungere anche peperoncino a rosso.

Nota: Si può preparare anche senza farsi purè gli spinaci. Solamente con macinare gli spinaci.