



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEŞAMEL SOSLU İSPANAKLI BÖREK

125 gr margarin
700 gr ıspanak
Yeterince tuz
Yeterince karabiber
Yeterince kırmızı pul biber
2 adet ekmek hamuru
1 yemek kaşığı un
1 su bardağı süt
Yeterince ayçiçek yağı

İspanakları yıkayıp iri doğrayın. Haşlayın ve suyunu süzüp soğumaya bırakın. Sana hamurışını tencerede eritip un ekleyin ve sararıncaya kadar kavurun. Azar azar sütü ilave edin ve karıştırarak orta ateşte koyulaşınca pişirin. Tuz, karabiber ve pul biber ile tatlandırın. İlinmaya bırakın. Haşlanmış ıspanağı ekleyip karıştırın. Hamurdan yumurta büyüklüğünde parçalar kopartıp unlanmış tezgahda merdane ile hafif açın. İçine yemek kaşığı ile beşamelli ıspanak ekleyin ve yarım ay şeklinde kapatın. Hazırladığınız hamurları kızgın yağda altın sarısı rengini alıncaya kadar kızartın.