



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇALKALAMA (BALIKESİR)

<https://www.kristalyaglari.com>

Yarım kg ispanak
1 demet dereotu
1 demet taze soğan
4 dal taze nane
2 adet yumurta
2 su bardağı un
1 çay bardağı Kristal Zeytinyağı
250 g kaşar peyniri
Pul biber
Tuz

Bütün otlar bol suda yıkanır ve sirkeli suda bekletilir. Suyu süzölen otlar ince ince doğranır, büyük bir karıştırma kabında un yumurta ve zeytinyağı ile doğranmış otlar iyice karıştırılır, yağlanmış fırın kabına dökölür. Önceden ısıtılmış 180 derecelik fırına sürölür, pişmesine yakın kaşar peynir rendesi ve pul biber serpilir. Kızarıncı fırından çıkarılır.

