



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com)

ISPANAKLI KIYMALI BÖREK (HAZIR YUFKA)

Yarım kg. ıspanak (sadece yaprak kısımları)
250 gr. kıyma
1 soğan
6 yufka
2 su bardağı süt
4/5 çorba kaşığı margarin
1 yumurta sarısı
1 fincan sıvı yağ
2 çorba kaşığı un
Tuz
Karabiber

Soğanı ince ince doğranacak. Tencereye koyduğunuz sıvı yağ içinde soğanı pembeleşinceye kadar kavurtulacak. Ayıkladığınız ıspanakları küçük küçük doğrayarak tencereye koyun. Yumuşayana kadar yağda kavrulacak. Tuzunu karabiberini koyun. Ispanaklı içi başka bir kaba alın 2 çorba kaşığı unu ilave edin. Hızlı hızlı karıştırarak unu ıspanaklara karıştırınız. (Ispanakları pişerken sulanarak yufkalara yapışmaması sağlanır). Bütün yufkaları ortadan ikiye kesin. Yarım daire şeklindeki yufkaların üzerine margarin ve süt karışımı sürülür. Her yufkaya aynı işlemi uygulayın. Yufkaların üzerine hazırladığınız ıspanaklı içten koyunuz. Rulo yaparak içten döşeyiniz. Üzerine sıvı yağ ile karıştırdığınız yumurta sarısını sürerek fırına veriniz.

[ML® Şipşak Böreği için tıklayın](#)