



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI GÖZLEME

3 yufka
1 soğan
300 gram ıspanak
100 gram lor peyniri
Tuz, karabiber
1 ay bardağı su

Yufkaları uzun şeritler halinde kesin. Rendelenmiş soğan, kıyılmış çiğ ıspanak, lor, tuz, karabiber, suyu karıştırın. Bu harcı şeritlerin köşesine yerleştirin. Üçgen ya da kare şeklinde katlayıp fırın tepsisine dizin. 190 derecedeki fırında pişirin. İsterseniz yağsız tavada da pişirebilirsiniz. Çayın yanında sıcak sıcak ikram edin. İftarda sahurda ne zaman isterseniz, hem kolay hem lezzetli bir börektir.