



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GÜVEÇTE BEŞAMEL SOSLU HİNDİLİ İSPANAK

1 kg. ispanağın yaprak kısımları
400 gr. hindi göğüs
100 gr margarin
2 adet kuru soğan
2 adet havuç
1 adet domates
1 tatlı kaşığı domates salçası
Tuz
Beşamel sos için:
1 yemek kaşığı margarin
2 yemek kaşığı un
2,5 su bardağı süt
Üzerine;
60 gr kaşar peyniri
50 gr turşu

Soğanlar yemeklik doğranıp, margarinde pembeleştirilir. Kuşbaşı doğranmış hindide da tencereye alınarak kavrulur. Üzerine kabukları soyularak küp doğranmış domatesler eklenir. Bir süre pişirildikten sonra ispanak yaprakları tencereye ilave edilerek bir süre sotelenir. İsteğe göre salça eklenip, tuzu ayarlanır. Ocak kapatılır. Havuçlar temizlenerek vevv şekilde dilimlenir. Bir tencereye alınarak biraz diri kalacak şekilde haşlanır. Pişen ispanaklı karışım bir güvece konur. Üzerine haşlanmış havuçlar dizilir. Başka bir tencerede 1 yemek kaşığı margarin eritilir. 2 yemek kaşığı un eklenip, unun rengi hafif dönüncüye kadar kavrulur. 2,5 su bardağı süt eklenip hızlıca karıştırılır. Kaynamaya başlayınca tuzu ayarlanır. Muhallebi kıvamına gelince ocağın altından alınıp havuçların üzerini örtecek şekilde güvece yayılır. Üzerine rendelenmiş kaşar peyniri serpilerek, önceden ısıtılmış orta ısı fırında kaşar eriyip kızarıncaya kadar pişirilir. Sıcak olarak turşuyla servis yapılır.

