



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAK KÖKÜ MÜCVERİ

Malzeme:

1 kilo ıspanak
3 adet taze soğan
2 yemek kaşığı un
2 yemek kaşığı kırıntı beyaz peynir
yarım demet maydanoz
2 yumurta
tuz
karabiber
kızartma için yağ.

Yapılışı:

İspanağın yapraklarını köklerin 5 santim üzerinden kesin. Başka bir yemekte kullanmak üzere ayırın. Kökleri içinde bulunan su derince bir kaba alınır. Çamurlardan arınması için birkaç saat beklenir. Sudan çıkardıktan sonra ince uçlu bir bıçak ile kökleri iyice temizleyin. Herbir kökün ortadaki sapının ucunu kesin, tuzlu suya atıp 10 dakika haşlayın. Çıkartıp süzün. Soğuduktan sonra ince ince kıyın. Taze soğanları ince halkalar şeklinde doğrayın. Maydanozun yapraklarını kıyın. Çukur bir kapta kıyılmış ıspanak kökü, taze soğan, un, peynir, maydanoz, yumurta, tuz ve karabiberi karıştırın. Çok yumuşak, az sulu bir hamur haline gelince, tahta bir kaşık ile alarak kızgın yağa bırakın. Üzerini hafifçe bastırarak düzeltin. İki tarafını da kızartın. Kağıt peçetede fazla yağın süzerek sıcak servis yapın. İspanak kökü mücverini yanında yoğurt veya limon dilimi ile ikram edebilirsiniz.