



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ISPANAKLI BEŞAMEL SOSLU MAKARNA

Yarım Kg Ispanak  
150 Gr Kıyma  
1 Adet Kuru Soğan  
Yarım Paket Makarna  
5 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ  
6 Su bardağı Su  
Kararında Karabiber, Tuz  
Beşamel Sos İçin:  
75 Gr Rendelenmiş Kaşar Peyniri  
4 Çorba Kaşığı margarin  
2 Su bardağı Süt  
2 Çorba Kaşığı Un  
Tuz

Tencereye suyu alıp kaynatalım. 2 çorba kaşığı sıvı yağı, tuzu ve makarnaları ekleyip diriliklerini kaybedene dek haşlayarak ateşten alalım ve suyunu süzelim. Ispanak yapraklarını yıkayıp tencereye alalım, hiç su ilave etmeden hafifçe diriliklerini kaybedene dek haşlayıp süzgece alarak suyunu süzelim ve doğrayalım. Tavaya sıvı yağı alıp küp doğranmış soğanı ekleyerek pembeleşene dek kavuralım. Kıymayı ekleyip suyu çekilene dek kavurmaya devam edelim. Ispanakları, tuzu, karabiberi ekleyip karıştırarak ateşten alalım. Beşamel sosu hazırlayalım. Bir tavaya margarinini alıp unu ekleyelim. Un hafifçe sararana dek sürekli karıştırarak kavuralım. Karıştırmaya ara vermeden sütü ve tuzu ekleyip sos koyulaşana dek pişirelim ve ateşten alalım. Fırın kabını margarinle yağlayıp hafifçe un serpererek makarnaların yarısını boşaltalım. Üzerine ıspanaklı harcı yayalım. Üzerine kalan makarnaları yayalım, beşamel sosu gezdirip üzerini düzeltelim ve kaşar rendesi serpelim. Önceden 200° de ısıtılmış fırında kaşarlar eriyip üzeri hafifçe pembeleşene dek pişirelim. Makarnayı fırından alıp dilimleyerek servis yapalım.