



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI BÖREK

500 gr. ıspanak
3 adet yufka
2 adet soğan
Tuz
1/2 ay bardağı sıvı yağ
1 ay bardağı ceviz

Yufkaları yayıp sekiz eşit üçgene bölün. İnce kıyılmış soğanı yağda kavurun. Üzerine kıyılmış ıspanak ve tuzu ekleyin. Ispanak pişene kadar kavurun. Ocaktan alıp çekilmiş ceviz ekleyin. Birer ay bardağı zeytinyağı ve suyu karıştırıp yufkaları ıslatın. Ispanaklı harçtan koyarak sigara böreği gibi sarın. Tepsiye dizip üzerlerine yumurta sarısı sürün. 200 derece fırında pişirin.

[ML® Helvalı Börek için tıklayın](#)