



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ISPANAKLI ALKAMA

1 demet ıspanak
1 su bardađı tulum peyniri
1 su bardağı kaşar rendesi
Un
Su
Tuz
Zeytinyađı

Un, tuz ve suyla bulamaçtan biraz daha kalın bir hamur yapılır. Tepsi yağalır bu karışım dökülür. Diğer tarafta ıspanak ince kıyılır, tulum peyniri ve 3 çorba kaşığı, tuz ve zeytinyağıyla karıştırılır. Bulamacın üzerine yerleştirilir. 1 su bardağı kadar su, un ve tuzla daha cıvık bulamaç yapılır. İspanağın üzerine gezdirilir. Kaşar rendesi serpilir. 200 derece fırında kızarana kadar pişirilir.