



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ISPANAKLI KANELONİ

500 gr. un  
5 adet yumurta  
2 baş soğan  
2 kaşık salça  
1 demet maydanoz  
1 fincan zeytinyağı (Haşlama için)  
1 kaşık sıvıyağ (İçi için)  
1 çay bardağı yoğurt (üstü için)  
500 gr. ıspanak  
Yeterince tuz, biber  
Kaşarpeyniri rendesi

### YAPILIŞI:

Unu hamur tahtasına koyup eleyiniz. Yumurtaları içine kırıp tuz atıp bir tatlı kaşığı limon suyu sıkıp, ılık suyla kulak memesi kıvamında bir hamur tutunuz. Koparta ko-parta yoğurarak iyice bütün-leştiriniz. İki eşit parçaya ayırıp, yağ bez altında 15 dakika dinlendiriniz.

Her parçayı 2-3 mm. kalınlığında kare şeklinde açınız. Açtığınız hamurlardan 10 santimlik kareler kesiniz. Bir tencerenin içine su, tuz ve zeytinyağı koyup kaynatınız. Kaynayan suya kestiğiniz hamurları atınız. 5 dakika haşlayıp soğuk suya atınız. Haşlanan hamurları soğuk sudan alıp kuruladıktan sonra, içine iç koyup, sigara gibi sarınız. Yağlı tepsiye diziniz.

Üzerine yoğurtla 1 kaşık salçayı karıştırıp, rendelenmiş kaşar peyniriyle dökünüz. Fırında üzeri kızarıncaya kadar pişirip, sıcak sıcak ikram ediniz.

İçinin hazırlanması: İspanağı yıkayıp ayıklayınız Önce soğanı doğrayıp, yağda pembeleştiriniz. Sulandırılmış salça ilave ediniz. İspanakları koyup karıştırınız. Tuzunu, biberini ekip, bir çay bardağı ılık su ekleyip, ıspanaklar pörsüyünceye kadar pişiriniz.