



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI MENGEN KATMERİ (BOLU)

Oktay Usta

250 gr. kıyma
250 gr. taze ıspanak
2 adet kuru soğan
3 diş sarımsak
2 adet domates
Tuz
Karabiber
1 orba kaşığı rendelenmiş kaşar peyniri
Çiçek yağı
Krebi için:
1,5 su bardağı soğuk süt
2 adet yumurta
1 ay bardağı çiçek yağı
Tuz
Alabilidiğı kadar un
Beşamle için:
2 su bardağı soğuk süt
2 tatlı kaşığı un
Çiçek yağı
Tuz
Karabiber

Tavanın içine yağı koyuyoruz. Kıymayı ilave edip kavuruyoruz. Üzerine soğan ve sarımsak ilave edip kavurmaya devam ediyoruz. İri doğranmış ıspanakları ilave edip çeviriyoruz. Daha sonra üzerine domates koyuyoruz. Tuzunu, karabiberini de ilave edip ıspanakları ilave edip 1 dakika kadar kavuruyoruz. Beşamel sos için tencerenin içine yağı koyuyoruz. Unu ilave edip çiğ kokusu çıkana kadar kavuruyoruz. Üzerine soğuk süt ilave ediyoruz. Çırpma teliyle karıştırıyoruz. Kıvamını ayarlıyoruz. Tuz ve karabiber ilave edip sosumuzu hazır hale getiriyoruz. Krep için; karıştırma kabının içine soğuk süt, yumurta, çiçek yağı, tuz koyup karıştırıyoruz. Yavaş yavaş unu ilave ediyoruz. Bu şekilde koyu ayran kıvamına gelmesini sağlıyoruz. Teflon tavaya yağ koyuyoruz. Kepçe yardımıyla krep döküyoruz. Krepleri her iki tarafı kızarana kadar pişiriyoruz. Diğerk tarafta fırın tepsisini yağıyoruz. Krebi içine koyuyoruz. Üzerine ıspanaklı harcımızı koyup onunda üzerine beşamel sosu ve kaşar peynirini ilave ediyoruz. Bir krep daha ekleyip üstüne kaşar peyniri, harcımızı ve beşamel sosumuzu koyuyoruz. Bu işlemi malzememiz bitene kadar devam ediyoruz. Yaklaşık 8 veya 10 kat olması gerekir. En son kata beşamel sosa biraz sürüyoruz ve rendelenmiş kaşar peyniri serpiyoruz. Sonra 180 derece fırında nar gibi kızarana kadar pişiriyoruz.