



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI MISIR EKMEĞİ

- 1 su bardağı mısır unu
- 1 su bardağı normal un
- 4 çay kaşığı kabartma tozu
- 1/4 su bardağı yağ
- 1 çay kaşığı tuz
- 2 tane yumurta
- 1 su bardağı süt
- Sebzeli Karışım:
 - 1 yemek kaşığı yağ
 - 1 adet orta boy kuru soğan
 - 2 dilim pastırma
 - 1 diş sarımsak
 - 2.5 su bardağı ıspanak yaprağı
 - 1/4 çay kaşığı tuz
 - 1/2 su bardağı süzme yoğurt

23X23X5 cm ölçülerindeki fırın kabını yağlayıp hazırlayınız.

Sebzeli karışımı hazırlamak için tavaya yağı koyup orta ateşte ısıtınız.

Soğan ve pastırmaları ekleyip renkleri hafif dönünce ıspanak, sarımsak ve tuzu ilave edip 2-3 dakika pişiriniz.

Pişmiş malzemeleri derin bir karıştırma kabına aktararak süzme yoğurdu ekleyerek karıştırınız, kenarda bekletiniz.

Hamuru için, diğer bir karıştırma kabında hamurun kuru malzemeleri mısır unu, un, tuz, kabartma tozunu koyup harmanlayıp kenarda bekletiniz.

Sıvı malzemeleri karıştırmak için ayrı büyükçe bir karıştırma kabında önce yumurtaları tel çırpıcıyla hafifçe çırpınız. Süt ve erimiş sana yağı ilave edip karıştırınız.

Sıvı malzemelere harmanlanmış katı malzemeleri ilave edip tel karıştırıcıyla akıcı ve pürüzsüz bir hamur elde ediniz.

Hazırladığınız bu hamurdan 3/4 su bardağı ölçüsü olarak sebzeli karışıma ilave edip karıştırınız.

Hamurun kalanını yağlamış olduğunuz fırın kabına aktarınız. Üzerine sebzeli karışımı ilave edip yüzeye eşit olarak yayılmasını sağlayınız. En ortaya bir çay kaşığı süzme yoğurdu ise süslemek için koyabilirsiniz.

Önceden 210 dereceye getirilmiş fırında 25-30 dakika üzeri kızarıncaya kadar pişiriniz.

Fırından çıkarıp tel bir ızgara üzerine alarak ılıklaşmasını bekleyiniz.

Dilimlere keserek servis yapınız.

