



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEŞAMELLİ İSPANAK

<https://cook.com.tr>

Taze Kaşar 75 Gram
Ayçiçek Yağı 0.5 Çay Bardağı
Ayçiçek Yağı 4 Çorba Kaşığı
Un 2 Çorba Kaşığı
Sofra Tuzu 1 Çay Kaşığı
Karabiber 1 Çay Kaşığı
Dana Kıyma 100 Gram
Ispanak 750 Gram
Soğan 2 Adet
Yağlı İnek Sütü 2 Su Bardağı
Yumurta 1 Adet

Ispanakları ayıklayıp yıkadıktan sonra doğrayıp süzgece alıp suyunu süzelim. Tencerede sıvı yağda küp şeklinde doğranmış soğanları pembeleşene kadar kavurup kıymayı ekleyip 1 dakika daha kavurup ıspanakları ekleyelim ve ıspanaklar diriliklerini kaybedene kadar kavurmaya devam edelim. Tuz, biber ekleyip ıspanakları ateşten alarak yağlanmış fırın kabına yayalım. Bir tavaya sıvı yağı koyup unu ekleyelim. Un hafifçe sararana kadar sürekli karıştırarak kavuralım. Karıştırmaya ara vermeden sütü ve tuzu ekleyelim Sosu koyulaşana kadar pişirip ateşten alalım ve iyice ılıtalım. Yumurtayı sosa ekleyip çırparak karıştıralım. Sosu ıspanakların üzerine yayıp üzerine kaşar rendesi serpelim ve 220 derecede ısıtılmış fırında kaşarlar eriyip üzeri hafifçe pembeleşene kadar pişirelim. Fırından alıp ılıtarak servis yapalım.

