



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

BEŞAMEL SOSLU İSPANAKLI CANALONE

12 adet canelone makarna
1/2 kg ıspanak
1 Adet soğan
50 gr. beyaz peynir
30 gr. kaşar peyniri
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı pulbiber
1 tatlı kaşığı kimyon
25 gr sana klasik
Beşameş sos için:
1 kahve fincanı un
1 yemek kaşığı margarin
2,5 su bardağı süt

İspanaklar yıkanıp temizlenip orta büyüklükte kıyılır.

Bir tencereye ıspanaklar konur biraz tuz atılır ve suyu saldırılıp çektilirilinceye kadar haşlanır. Suyu kalırsa süzülür.

Soğanlar ince yemeklik doğranır.

Bir tencerenin içinde az yağda soğanlar kavrulurken ıspanaklar ilave edilir birlikte biraz kavrulduktan sonra ocaktan alınıp ılımaya bırakılır.

İspanak ılınırken büyükçe bir tencere içinde su kaynatılır. Tuzu atılır, makarnalar içine konur ve bir taşım kaynatıldıktan sonra ocak kapatılır.

Makarnalar ara sıra çevrilerek yumuşamaları için sıcak suda beş on dakika bekletilir.

Makarnalar beklerken beşamel sos hazırlanır:

Tencere içinde un yağ ile kavrulur, kokusu çıkınca sütü ilave edilir, hızlı hızlı karıştırarak süt una yedirilir. Ve çok katı olamayan bir muhallebi kıvamında pişirilir. Topaklanırsa süzgeçten geçirip öyle kullanılır.

Makarnalar sıcak sudan çıkarılır, soğuk suya tutup süzölmeleri için geniş bir süzgeçin üzerine alınır.

İspanakların içine peynir ufalanır, tuz, karabiber, pul biber ve kimyon ilave edilip karıştırılır.

Fırın tepsisi yağlanır.

Beşamel sostan biraz tepsinin altına sürölür.

İspanaklı harçtan makarnaların içleri doldurulur. Bu arada makarnalar yırtılabilir, önemli değil iç malzemesini koyup sarın bir şey olmaz.

Tepsiye yan yana dizilir.

Kalan beşamel tepsiye canalone tepsilerin üzerine dökölür, üstüne bir parça kaşar peyniri rendesi ve biraz pul biber serpilerek fırına sürölür.

Üzeri kızarıncaya kadar 200 derecede 25-30 dakika pişirilir.

Sıcak servis edilir.