



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FETA İSPANAK FATAYER

www.vzug.com

Hamur

300 g un

1 çay kaşığı tuz

1 çay kaşığı kimyon, öğütülmüş

4 çorba kaşığı zeytinyağı

1 çay kaşığı bal

¼ maya

1,5 dl su

11

İç malzeme:

400 g ispanak, taze

1 soğan, ince küp şeklinde doğranmış

1 diş sarımsak, küçük küçük doğranmış

180 g feta

1 yumurta

1 çay kaşığı sumak

½ çay kaşığı tuz

Karabiber

Hamur için un, tuz ve kimyonu karıştırın. Zeytinyağı ve bal ekleyin. Mayayı suda çözdürün, ekleyin, karıştırın ve pürüzsüz bir hamur haline getirmek için yoğurun. Üstü nemli bir bezle kapatılmış kabın içinde hamurun oda sıcaklığında yaklaşık 2 saat boyunca iki kat hacme ulaşana kadar kabarmasını bekleyin.

İç malzeme için ispanak, soğan ve sarımsağı delikli pişirme kabına koyun, soğuk pişirme bölümüne yerleştirin. Buharla pişirin.

Buharla pişirme sonrasında ispanağın suyunu iyice sıkın, kaba doğrayın. Fetayı çatal ile ezin ve çırpılmış yumurta ile birlikte soğuyan ispanağa ekleyin, karıştırın ve baharat ekleyin.

Hamuru yaklaşık 3 mm kalınlığında açın, yakl. 12 cm çaplı daireler çıkarın, üzerine biraz iç malzeme koyun, kenarları su ile ıslatın. Kenarları yandan kapatın ve rulo haline getirin.

Fatayeri tepsinin üzerinde bulunan fırın kağıdının üzerine koyun. Tepsiyi ısıtılmamış fırına koyun. Fırınlayın.

Not: Bitmiş, henüz pişirilmemiş Fateyerler iyi biçimde derin dondurulabilir. Sumak, seçkin baharat dükkanlarından temin edilebilir.



© lezzetler.com tarif no:123230 • adı:Feta Ispanak Fatayer • gönderen:dost yürek • indirme tarihi:07.04.2025 - 21:01