



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇ HOĞIÇ (TRABZON)

(Sebzeli Ekmek)

Malzeme

1 kg mısır unu

1 çay bardağı sıvı yağ

Tuz

1 kg ıspanak

Pazı

Yapılışı

Pazı yıkandıktan sonra ince ince doğranır. Doğranmış olan yeşil sebzelerin içerisinde bir miktar tuz koyularak suyu çıkartılır. Yoğrulmuş hamuru bir tepsiye alarak ortası açılır, ortasına yeşil sebzeler koyulur. Üzerine hamurun kalan yarısı koyularak kapatılır. Üzerine sıvı yağ veya tereyağı konularak fırına verilir.