



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI ALT ÜST BÖREĞİ

<https://www.droetker.com.tr>

Hamur:

2 tatlı kaşığı Dr. Oetker Aktif Maya

0,5 çay bardağı ılık süt

4 - 4,5 su bardağı un

0,5 çay kaşığı tuz

1,5 su bardağı ılık süt

0,5 çay bardağı sıvı yağ

Dolgu:

400 g ıspanak yaprağı

0,5 çay kaşığı tuz

1 su bardağı ufalanmış beyaz peynir

0,5 çay kaşığı karabiber

2 yemek kaşığı sıvı yağ

Üzeri için:

1 yemek kaşığı sıvı yağ

1 yemek kaşığı süt

1 yemek kaşığı susam

Mayayı bir kaseye alın ve üzerine yarım çay bardağı ılık sütü ilave edin. Kaşık ile birkaç kez karıştırıp 10-15 dakika bekletin.

Unu derin bir kaba eleyin ve üzerine beklettiğiniz mayayı ilave edin. Tuz, ılık süt ve sıvı yağı ilave edip yumuşak bir hamur elde edinceye kadar iyice yoğurun. Üzerini kapatıp ılık ortamda 40-45 dakika bekletin.

İspanakları yıkayıp ince doğrayın. Üzerine tuzu ekleyip eliniz ile ovuşturarak fazla suyunu sıkın. Bir kaba alın, ufalanmış peynir, karabiber ve sıvı yağı ilave edip karıştırın.

Fırın tepsisine pişirme kağıdı serin. Fırını belirtilen dereceye ayarlayıp ısınması için önceden açın.

Alt-üst pişirme: 180 °C

Turbo pişirme: 170 °C

Mayalanan hamuru kısa süre yoğurun ve 2 eşit parçaya bölün. Hamurlardan bir tanesini hafif unlanmış tezgaha alın ve 30 cm çapında açın. Fırın tepsisine alın ve üzerine ıspanaklı karışımı yayın. Diğer hamuru da aynı şekilde açın ve ıspanaklı hamurun üzerine kapatın. Süt ile sıvı yağı karıştırıp hamurun üzerine sürün. Susam serpin, 20 dakika bekletin ve pişirin.

Pişirme süresi: Yaklaşık 25 - 30 dakika

Fırından çıkarıp ılık veya soğuduktan sonra dilimleyerek servis yapın.

