



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ISPANAKLI BEŞAMEL TURTA

### Malzemeler

- 1 kg Ispanak,
- 1 adet kuru soğan,
- 2 adet yumurta (Sarısı ve Beyazı Beraber)
- 2 yemek kaşığı Bizim Mutfak Un
- 1 su bardağı İçim süt,
- 2 yemek kaşığı Bizim margarin,
- 1 yemek kaşığı Altın Hasat zeytinyağı.

### Hazırlanışı

Ispanaklar iyice temizlenip yıkanır. Diğer yandan soğanlar küçük küçük doğranıp Bizim margarinle kavurulur. Üzerine ıspanaklar ilave edilir, suyu çekene kadar iyice pişirilir. Piştikten sonra turta tepsisi varsa ya da yoksa cam kaba biraz zeytinyağı gezdirilip ıspanaklar dökülür, yayılır. Üzerine diğer tarafta hazırlanan yumurta, süt ve un karışımı beşamel sosu iyice çırpıldıktan sonra dökülür. 180 derecede ısıtılmış olan fırında 20 dk pişirilir.

Öneriler: Fırından çıkan yemeğimizi kare kare dilimler halinde kesebilir, yanına yoğurtlu sarımsak yapabiliriz.

---