



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI BİŞİ

1 paket çabuk maya
1 su bardađı su
10 dal ıspanak
1 tatlı kaşığı tuz
Alabildiđi kađar un
Kızartma yağı

ıspanaklar rondodan geçirilerek püre haline getirilir. Yođurma kabına su, unla karıştırılmış maya ve tuz konur, karıştırılır. Kulak memesi kıvama gelene kadar un eklenerek yoğrulur. Hamurun zeri kapatılır. 1 saat bekletilir. Sonra ıspanak katılır, yoğrulur. Tavaya derin yağ konur. Hamurdan arzu edilen şekiller yapılır ve sıcak yağda pembe renkte kızartılır.