



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ISPANAKLI AÇMA BÖREK

Hamuru için:

3 çorba kaşığı yoğurt  
3 çorba kaşığı sıvı yağ  
3 çorba kaşığı sirke  
5 gram yaş maya  
1 su bardağı süt  
1 çay kaşığı tuz  
3- 4 su bardağı un

İçi için:

1 kilo ıspanak  
1 baş teze soğan  
200 gram beyaz peynir  
1 adet soğan  
1 çay kaşığı tuz  
Yarım çay bardağı zeytinyağı

Öncelikle derin bir kabın içinde yaş mayayı sütle birlikte ezin. 5 dakika bekletin. Üzerine yağ, sirkeyi, yoğurdu ve tuzu ekleyip yoğurmaya başlayın. Un ekleyip iyice homojen bir hamur olana dek yoğurun. 15 dakika kadar dinlendirin. İçi içinde yıkanmış ıspanakları kıyıp içine rendelenmiş soğanı ve peyniri ilave edin. Taze soğanı da ince ince kıyıp fazla suyunu sıkıp ıspanağın üzerine ekleyin. Hamuru oldukça ince bir şekilde açıp üzerine zeytinyağını gezdirin ve her tarafına yayın. Ispanaklı karışımı üzerine bolca sürün. Hamuru bir ucundan rulo yapın ve bütün olarak tepsiye alın. 200 derecedeki fırında 35 dakika pişirip çıkartın. Dilimleyip servis yapın.