



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ISPANAKLI BÖREK

1 kavanoz Penguen Kavrulmuş Ispanak Konservesi  
3 adet yufka  
Yarım su bardağı yoğurt  
Yarım su bardağı zeytinyağı  
2 adet yumurta  
Yarım şişe soda  
Karabiber  
Kaya tuzu

Yufkaları elinizle parçalayın ve derin bir kaba alın.

Yoğurt, zeytinyağı, yumurta, tuz, karabiber ve sodayı başka bir kaptaki güzelce karıştırın.

Yufkalara Penguen Kavrulmuş Ispanak Konservesini ve hazırladığınız sosu ekleyip güzelce harmanlayın.

Yağladığınız fırın tepsinde bu karışımı dökün.

180 derece fırında 20 dakika pişirip servis edin.

