



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ISPANAKLI BÖREK

6 adet yufka
3 çorba kaşığı yoğurt
3 kaşık sıvı yağ
2 çorba kaşığı un
1 su bardağı süt
Tuz
İçi için:
1 adet soğan
1 kg. ıspanak
1/2 çay bardağı erimiş tereyağı

Rendelenmiş soğanı tereyağında kavurun. Ocaktan alıp içine kıyılmış ıspanakları ekleyin. Yufkaları tepsi büyüklüğünde kesin. Sıvı yağ, un, süt ve tuzu karıştırın. Bir adet yufkayı tepsiye yayın, üzerine sulu karışımdan sürün. Üzerine bir adet yufka koyup ıspanaklı harçtan yayın. Kalan yufkaları da aynı şekilde üstüne dizin. Üzerine kalan sulu karışımı dökün. 200 derecedeki fırında 35 dakika pişirin.