



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI BÖREK

2 su bardağı un
1 çay bardağı su
2 çorba kaşığı yoğurt
1/2 çay kaşığı tuz
1/2 demet taze soğan
1 demet ıspanak
3 çorba kaşığı yoğurt
1/2 demet maydanoz ve taze nane
4 çorba kaşığı çökelek peyniri
Kırmızı pul biber

Unu, yoğurdu, tuzu ve suyu yoğurun, 15 dakika dinlendirin. Hamuru ince açın. Yeşillikleri ince ince kıyın, peynir ve yoğurtla karıştırın. Hamuru tepsiye yerleştirin. İç malzemeyi üzerine dökün, kenarları büzerek kapatın. 200 derece fırında pişirin.