



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ISPANAKLI ET POĞAÇASI

### MALZEMELER

600 gr dana kıyma  
3 dilim bayat ekmek içi  
2 adet yumurta  
1 adet kuru soğan  
1 çay kasığı karabiber  
1 çay kasığı kimyon  
Yeteri kadar tuz  
Harcı için :  
Yarım kilo ıspanak  
1 adet kuru soğan  
1 adet havuç  
Yeteri kadar tuz

### YAPILIŞ TARİFİ

Yumurtaları bütün olarak bir kabin içine kırın. Soğanı rendeleyin. Kıyma, soğan, ekmek içi, yumurta, tuz, karabiber ve kimyon ile köfte hamurunu iyice yogurun.

Harcı için ıspanakları yıkayıp ince doğrayın. soğanı küp şeklinde doğrayın.

Margarini eritip soğanı pembe kavurun. içine ıspanakları ilave ederek kavurun. Kısık ateşte suyunu çekinceye kadar pisirin. Havucu rendeledikten sonra ıspanakların içine ilave ederek sogumaya bırakın. Köfte hamurundan limon büyüklüğünde koparıp yassılaştırın. Ortasına iki yemek kasığı ıspanaklı harç koyup poğaçası şeklinde kapatın. Üzerine yumurta beyazını sürüp yağlanmış fırın kabına yerleştirin.

180 derecede ısıtılmış fırında 30 dakika pisirin. Servis tabagina alarak sıcak olarak servise sunun.