



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI FIRIN MAKARNA

1 kg. ıspanak
1 paket kalın fırın makarna
2 orba kaşığı tereyağı
1 adet sođan
Tuz
Karabiber
Beşamel sos için:
2 orba kaşığı tereyağı
2 orba kaşığı un
2 su bardađı süt

Makarnayı tuzlu suda haşlayıp süzün. Rendelenmiş soğanı tereyağında kavurun, doğranmış ıspanağı, tuz ve karabiberi ekleyip biraz daha kavurun. Beşamel sos için; unu tereyağında kavurup soğuk sütü karıştırarak katın. Karıştırarak koyulaşana dek pişirin ve makarnayla karıştırın. Yağlanmış fırın kabına soslu makarnanın yarısını koyun. Üzerine ıspanaklı harcın tamamını koyup yayın. Üzerine kalan soslu makarnayı dökün ve üzerini düzleştirin. Isıtılmış 190 derece fırında 30 dakika pişirin.
