



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI GÖZLEME

İç iin:

1 kg ispanak

2 yemek kaşığı sıvı yağ

2 adet soğan

3 diş sarımsak

1 ay kaşığı pul biber

½ ay kaşığı karabiber

Yeteri kadar tuz

200 gr beyaz peynir

Hamuru iin:

1 kg un

4 yemek kaşığı sıvıyağ

1 yemek kaşığı tuz

İ malzemelerini pişirmek iin iri olarak doğradığımız ispanakları iyice yıkayın.

Ocağın izerine 2 yemek kaşığı sıvıyağ koyarak soğanları kavurun.

Daha sonra rendelediğimiz sarımsakları ilave edin.

İspanakları bu harcın izerine alın.

İstediğiniz kadar baharatlarını da kattıktan sonra, beyaz peynir katalım.

Hepsini bir kaşığ yardımıyla karıştırarak kavurun.

Diğer yanda hamurumuzu yapmaya başlayalım.

Hamur malzemeleri derin bir kaptaki ılık su ilave edilerek yoğrulur.

Ele yapışmayan yumuşak bir hamur elde edilir.

Nemli bir bez irtiilerek 15 dakika dinlendirilir.

Kuik bezelere ayırdığımız bezeler, bir merdane yardımı ile yuvarlak şekilde aılır.

Ara sıra silkeleyerek fazla unu giderilir.

Atığımız hamurun bir tarafına i malzemesi konulur. Ve hamurun diğer tarafı i malzemenin izerine kapatılır.

Kenarlarını iyice bastırın ki aılmasın.

Gizlemelerimizi teflon tavada pişiriyoruz.

Pişerken yağ kullanmayın.

Piştikten sonra sıcak gizlemelerin izerine tereyağı siriiyoruz.

Gizlememizin iki tarafını da gizelce kızartıyoruz.



