



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İSPANAKLI GÖZLEME

Hamur İçin;
1 yemek kaşığı kuru maya
1,5 su bardağı ılık su
4-5 su bardağı un
Tuz
İçi İçin;
Yarım kilo ıspanak
1 çay bardağı Lor peyniri
1 adet soğan
Tuz
Üzerine:
1 yemek kaşığı tereyağı

Önce maya suda eritilir.
Unun içine eklenir ve tuz ilave edilerek yumuşak bir hamur elde edene kadar yoğrulur.
Biraz dinlenmeye bırakılır.
Soğan doğranır, ıspanaklar ayıklanıp doğranır ve suyu sıkılır.
İçine peynir de ilave edilir, az tuzla harmanlanır.
Hamurdan ufak parçalar kopararak merdane ile açılır.
Açılan hamurun içine harcı konular ve kapatılır.
Teflon tava ısıtılarak hazırlanan gözlemeler altı ve üstü çevrilerek pişmesi sağlanır.
Çıkardıktan sonra üzeri tereyağı ile yağlanır.
Servise hazırdır.

