



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI KİŞ

Un 2 su bardağı
Yumurta sarısı 1 adet
Tereyağı 100 g
Soğuk su 1 çay bardağına yakın
Tuz Yarım çay kaşığı
Dondurulmuş SuperFresh Ispanak 1 paket
Tuz 1 çay kaşığı
Karabiber 1 çay kaşığı
Yumurta 1 adet
Krema 1 çay bardağı
Rendelenmiş kaşar peyniri 1.5 çay bardağı
Tereyağı 1.5 yemek kaşığı

Tavada ısıttığınız tereyağın üzerine SuperFresh Ispanağı ekleyip karıştırın. Tuz ve karabiber ekleyip 3-4 dk. kavurun ve soğumaya bırakın.

Yumurta ve kremayı bir kasede çırpıcı ile karıştırın. Üzerine suyunu süzmüş ve soğumuş olan ıspanaklı harcı ve kaşar peyniri ekleyip karıştırın. Derin bir kaseye un, tuz, yumurta sarısı ve tereyağı ekleyip yoğurmaya başlayın. Yavaş yavaş soğuk su ekleyip sert elinize yapışmayan bir hamur olana kadar yoğurun. Hamuru streç filme sarıp buzdolabında 45 dk. bekletin.

Dinlenmiş olan hamuru un serptiğiniz tezgaha alın. Hamuru tart kalıbı büyüklüğünde (22-24 cm) açın ve yağladığınız kalıba kenarlarını kaplayacak şekilde koyun. Çatal yardımıyla mini delikler yapın.

Hamurun kabarmaması için üzerine pişirme kağıdı koyup bakliyat serpin ve önceden ısıtılmış 180 derecelik fırında 10 dk. Pişirin. Üzerindeki pişirme kağıdını alıp 10 dk. daha pişirin.

Hazırlamış olduğunuz ıspanaklı harcı üzerine yayın ve susam serpin. Önceden ısıtılmış 180 derecelik fırında 25-30 dk. kızarıncaya kadar pişirin. Soğuduktan sonra servis tabağına alıp servise sunun.

Tart hamurunun kıvamını kıyır kıyır olması için kullanacağınız tereyağının soğuk olmasına mutlaka dikkat edin.

