



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI KİŞ

<https://www.droetker.com.tr>

Dolgu:

500 g ıspanak yaprağı
2 adet kuru soğan
2 yemek kaşığı sıvı yağ
0,5 çay kaşığı tuz
3 yumurta
0,5 çay bardağı sıvı yağ
1 ay bardağı süt
1 yemek kaşığı un
0,5 çay kaşığı karabiber
1 ay kaşığı pul biber
0,5 demet ince doğranmış dereotu
0,5 demet ince doğranmış maydanoz
2 su bardağı rendelenmiş beyaz peynir

Hamur:

2 su bardağı un
1 ay kaşığı Dr. Oetker Hamur Kabartma Tozu
0,5 ay kaşığı tuz
100 g oda sıcaklığında tereyağı
1 yumurta
0,5 çay bardağı süt

Kalıp:

Kelepçeli kalıp (Ø 26 cm)

İspanak yapraklarını yıkayıp ince doğrayın. Soğanı küçük küpler şeklinde doğrayıp geniş bir tavaya alın. zerine 2 yemek kaşığı sıvı yağı ekleyip orta ateşte arada karıştırarak hafif pembeleşinceye kadar pişirin. zerine ıspanak ve tuzu ekleyip suyunu çekinceye kadar pişirin. Ocaktan alın ve soğumaya bırakın.

Kalıbı margarin ile yağlayın. Fırını belirtilen dereceye ayarlayıp ısınması için önceden aın.

Alt-st pişirme: 180 °C

Turbo pişirme: 170 °C

Un ile hamur kabartma tozunu karıştırıp derin bir kaba eleyin. zerine tuz, tereyağı, yumurta ve sütü ekleyip yoğurun. Hamuru 2 eşit parçaya bölüp bir parçasını kalıbın tabanına eliniz ile bastırarak yayın. Kalan hamuru rulo yapın ve kalıbın kenarına bastırarak 3-4 cm yksekliliğinde ereve olacak şekilde yayın. Hamuru atal ile birçok yerinden delin ve pişirin.

Pişirme süresi: Yaklaşık 12 - 15 dakika

Fırından çıkarıp soğumaya bırakın. Fırını kapatmayın.

Yumurta, sıvı yağ, süt ve unu bir çırpma kabına alın ve mikser ile 2 dakika çırpın. zerine ıspanak, karabiber, pul biber, dereotu, maydanoz ve rendelenmiş beyaz peyniri ilave edip kaşık ile karıştırın. Karışımı kalıptaki tabanın üzerine dökün, üzerini düzeltin ve pişirin.

Pişirme süresi: Yaklaşık 25 - 30 dakika

Fırından çıkarıp ılık veya soğuk olarak servis yapın.



© lezzetler.com tarif no:169462 • adı:Ispanaklı Kış • gönderen:Gül • indirme tarihi:04.04.2025 - 21:46