



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ISPANAKLI KİŞ

Onur Aydın

### HAMURU İÇİN:

2 Çorba Kaşığı Yoğurt

1 Yumurta

3/1 Margarin veya Tereyağı

1 Çay Bardağı Sıvı Yağ

Yarım Paket Kabartma Tozu

Aldığı Kadar Un (Yumuşak Hamur Olacak)

### ÜST KARIŞIMI İÇİN:

Yarım Kg. Ispanak

Beşamel için;

2 Çorba Kaşığı Un

1,5 Bardak Süt

1 Çorba Kaşığı Dolusu Margarin veya Tereyağı

Tuz

Karabiber

1 Paket (200 gr.) Pınar Labne

Kaşar Peyniri

Hamur için gerekli olan malzemeler yoğurulup,yumuşak kıvamda bir hamur hazırlanır.Bir süre dinlendirilir.Bu arada ıspanaklar çok az sıvıyağı ile kavrulur.Beşamel için tereyağı veya margarinde un kavrulur.Yavaş yavaş süt ilave edilir.Tuz,karabiber konup soğuması için bekletilir.Karışım soğuduğunda;Pınar labne ilave edilip,mikser yardımı ile karıştırılır.Bu aşamalar tamamlandıktan sonra dinlenen hamur yağlanmış 30 cm çapında fırın kabına yerleştirilir.Hazırladığımız Pınar Labneli karışımı ıspanakla karıştırıp hamurun üzerine yayıyoruz.Önceden ısıtılmış 180 °C'lik fırında 30 dakika boyunca pişirilir.Pişmiş olan Ispanaklı Kiş'imize rendelediğimiz kaşar peyniri serpilir ve 5 dakika daha fırında kaşarların erimesi sağlanır.Ve servise sunulur.