



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI KIYMALI GÜL BÖREĞİ

Maya Bulut

3 Adet Yufka
500 Gr. Ispanak
200 Gr. Kıyma
1 Çorba Kaşığı Margarin
2 Çorba Kaşığı Yoğurt
1 Çay Bardağı Süt
2 Adet Yumurta Sarısı
1 Çay Bardağı Sıvıyağ
Tuz
Karabiber
Susam
Çörekotu
1 Adet Kuru Soğan

Yemeklik doğradığımız soğanı ve kıymayı margarinde kavuralım. Yıkayıp ince ince kıydığımız ıspanakları ekleyelim. Ispanak suyunu bırakıp kavrulana kadar karıştırmaya devam edelim. Tuzunu ve karabiberi ekleyelim. 3 yufkayı üst üste koyup dört eşit parçaya bölelim. Ayrı bir kaptaki yoğurdu, sütü, yumurta sarısını ve sıvıyağı çırpma teliyle iyice çırpalım. Yufkaların üzerine hazırladığımız karışımdan 2 kaşık sürelim. Daha sonra 2 yemek kaşığı hazırladığımız içten yufkaların içine koyup sigara böreği sarar gibi saralım. Rulo haline getirdiğimiz böreğin bir ucundan tutup içeri doğru kıvrarak gül şeklini verelim. Yufkalar bitene kadar bu işleme devam edelim. Fırın tepsisinin içine yağlı kağıt serip börekleri içine dizelim. Son olarak yoğurtlu karışımdan üzerine de sürüp susam ve çörekotu serpelim. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzeri kızarana kadar pişirelim.