



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ISPANAKLI KROKET

1.5 su bardağı pirinç  
1 su bardağı rendelenmiş beyaz peynir  
¼ su bardağı rendelenmiş eski kaşar peyniri  
2 adet yumurta  
3 yemek kaşığı un  
1 diş sarımsak  
2 tatlı kaşığı rendelenmiş limon kabuğu  
1 adet taze soğan  
250 gram haşlanmış ıspanak  
Kızartmak için;  
2 su bardağı galeta unu  
2 adet yumurta  
2 su bardağı sıvı yağ  
Sos için;  
1 su bardağı yoğurt  
2 yemek kaşığı limon suyu  
2 dal taze nane  
2 dal dereotu  
2 dal taze kekik  
Tuz  
Karabiber

Pirinç yumuşayınca kadar haşlayıp suyunu süzün.

Birkaç kez soğuk sudan geçirerek durulayın.

Suyu süzölmüş pirinci geniş bir kaba alın.

İçine peynirleri, yumurta, sarımsak, limon kabuğu, taze soğan, un ve haşlanmış ıspanağı ekleyin. İyice karıştırın.

Elinizi ıslatarak kroket harcından parçalar koparıp kroket şekli verin.

Kroketleri tepsiye dizin ve 30 dakika dondurucuda bekletin.

Galeta ununu fırın kağıdına yayın.

30 dakika dondurucuda dinlendirdiğiniz kroketleri önce yumurtaya, sonra galeta ununa bulayın.

Fazla galeta ununu silkeleyin.

Sıvı yağı tavaya alıp kızdırın.

Kroketlerin her tarafını kızartın.

Kroketleri kağıt havlu üzerine alarak fazla yağlarını süzdürün.

Otlı yoğurt sos için, tüm malzemeleri bir kaseye alıp iyice çirpin.

Kroket ile birlikte servis yapın.