



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI MİLFÖY BOHÇALARI

1,5 yemek kaşığı zeytinyağı
5 adet mantar (küp küp kesilmiş)
1 bağ ıspanak
1 adet soğan (karamelize edilmiş)
1 tatlı kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz
4 adet milföy hamuru
Cheddar Sos İçin:
1 paket krema
1 çay kaşığı kimyon
1 çay kaşığı pul biber
50 gram cheddar peyniri

Soğanı yarım halka şeklinde doğrayın. Doğranmış soğanları 1 çay kaşığı esmer şeker eşliğinde çevire çevire karamelize edin. Karamelizasyon başladığı zaman 1 çay kaşığı elma sirkesi ekleyin ve karıştırmaya devam edin. Dilediğiniz diriliğe ve renge gelince tavadan alın. Zeytinyağını ısıtmış tavada ısıtın. Temizlenmiş ve küp küp doğranmış mantarları soteleyin. Sotelenen mantarlara ıspanakları ilave edin ve karamelize soğanı ekleyin. Baharatları da ilave edin ve iç harcı soğutun. Fırını 170 dereceye ayarlayın. Milföy yapraklarını 4 eş kare olacak şekilde kesin. Kestiğiniz karelerin içine harcı yerleştirin ve bohça şeklinde kapatın. Kürdan yardımıyla hamurları birbirine tutturun ve yumurta sarısı sürerek 15-20 dakika pişirin. Bohçalar pişerken kremayı minik bir sos tavasına alın. Baharatları ekleyin. Bir taşım kaynayınca ocağın altını kısın ve cheddar peynirini ilave edin. Pişen ıspanaklı bohçaları sosunuzla servis edebilirsiniz. Afiyetler olsun!

Not: Sos hazırlanırken kremanın fazla kaynamamasına dikkat edin. Fazla kaynayan krema sosun kesilmesine sebebiyet verecektir.

