



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI BÖREK (MİLFÖY)

6 adet milföy hamuru

Harcı için:

500 gram ıspanak

1 adet küçük boy kuru soğan

3 yemek kaşığı zeytinyağı

200 gram lor peyniri

1/2 çay kaşığı tuz

1/4 çay kaşığı taze çekilmiş tane karabiber

Üzeri için:

1 adet yumurta sarısı

Derin dondurucudan çıkardığınız milföy hamurlarını mutfak tezgahı üzerine tek tek açıp çözülmeleri için bekletin.

Kök kısımlarını aldıktan sonra bol suda yıkadığınız ve fazla sularını aldığınız ıspanakları ince ince doğrayın.

Kuru soğanı küçük parçalar halinde kesip, yemeklik doğrayın.

Zeytinyağını geniş tabanlı bir tavada kızdırdıktan sonra kuru soğanları hafif bir renk alana kadar kavurun.

Kavrulmuş soğanlara, doğranmış ıspanakları katıp yüksek ateşte soteleyin. Tuz ve taze çekilmiş tane karabiberi katın.

Cam bir kaba aldığınız sotelenmiş ıspanağı, ılındıktan sonra lor peyniriyle harmanlayın.

Kare şeklinde olan milföy hamurlarının orta kısımlarına eşit olarak paylaştığınız ıspanaklı iç harcı yayın.

Milföy hamurlarını kapatıp dikdörtgen şeklinde börekler hazırlayın. Kenar kısımları üzerinden bir çatal ya da pizza kesici yardımıyla geçerek sabitleyin.

Ortadan ikiye kestiğiniz minik böreklerin üzerlerine keskin bir bıçak yardımıyla baklava dilimi şeklinde pencereler açın. İç harcın daha iyi kızarması için bu hamur parçalarını kaldırın.

Yağlı kağıt serili fırın tepsisine aralıklı olarak dizdiğiniz ıspanaklı böreklerin üzerine bir yumurta fırçası yardımıyla çırpılmış yumurta sarısı sürün.

Hazırladığınız börekleri, önceden ısıtılmış 180 derece fırında yaklaşık 20-25 dakika pişirdikten sonra sıcak olarak servis edin.

