



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ISPANAKLI MİLFÖYDEN HAMBURGER

12 tane milföy hamuru  
4 yemek kaşığı susam, çörekotu  
25 gram yağ  
500 gram ıspanak  
1 tane soğan  
Yarım demet dereotu  
5 yemek kaşığı un  
1 su bardağı süt  
1 çay bardağı rendelenmiş kaşar  
Tuz  
Karabiber

Milföyleri tek tek çıkarıp yumuşamaları için bekletin.

Tartölet kalıplarının içini yağlayın. Kalıplara bolca susam ve çörekotu serpin.

Milföyleri kalıpların büyüklüğünde kesin. Bunun için bardak kullanabilirsiniz. Kestiğiniz milföyleri kalıplara yerleştirin.

Yine milföylerle aynı büyüklükte yağlı kağıt parçaları kesip kalıpların üzerine koyun.

200 derecede ısıtılmış fırında 15 dakika pişirin.

Tavada piyaz doğranmış soğanları kavurun. Daha sonra tavaya ıspanakları ekleyin. Ocaktan alırken ince kıyılmış dereotu ve baharatları ekleyin. Harcımız hazır.

Tavaya yağı koyun, eritin, unu ekleyip kavurun. Azar azar karıştırarak sütü ekleyin. Koyu kıvam aldıktan sonra içine kaşar peyniri, karabiber, tuz ekleyin ve ocaktan alın.

Servis yaparken, servis tabağına yuvarlak milföylerimizin yarısını koyuyoruz. Üzerlerine beşamel sosu döküyoruz. Beşamel sosun üzerine ıspanaklı harcı döküyoruz. Sonra da kalan milföyleri en üste kapatıyoruz.

