



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI PAY

Kekun
Ispanak
Beyaz peynir
Yumurta
Yoğurt
Sıvı yağ
Süt

400 gr. sade kekun, 1 su bardağı yoğurt, 1 su bardağı sıvı yağ yoğurulur. Büyükçe bir tart kalıbına ya da mini fırın tepsisine yayılır. Fazla yumuşak bir hamur olmuyor. Siz elinizle yayıyorsunuz. Üzerine hamur hava alsın diye bir kaç delik açıyorsunuz. Bir tencerede 1 baş yıkanmış ve ufak ufak doğranmış ıspanağı biraz sıvı yağ ve 1 doğranmış soğan ile kavuruyorsunuz. Devamlı ıspanağın rengi değişene kadar başından ayrılmadan karıştırıyorsunuz. Sonra tepsiye yaydığınız turtanıza ıspanağı döküyorsunuz. Ayrıca büyükçe bir bardakta 50 gr. beyaz peynir, 1 çay bardağı süt, ve 1 yumurtayı çırıp ıspanağın üstüne oranlı bir şekilde döküyorsunuz. 200 derecede payın kenarları ve peynir sosu kızarıncaya fırından çıkartıyorsunuz. İstenirse fırından çıkar çıkmaz kaşar rendesi ve pul biber ilave edilir.

