



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI PEYNİRLİ KÖFTE

1 kg. ıspanak
350 gr. süzme peynir
70 gr. peynir
2 adet yumurta
Hindistancevizi
Tuz
Karabiber
Bir tutam un

Yıkamış ve suyu süzölmüş ıspanakları, 4-5 dakika tencerede kavurun. Mikser ile püre yapın. Süzme peynir, peynir, yumurta, muskat, tuz ve karabiber ile karıştırın. Köfte şekillendirmek için elinizde un ile birlikte yuvarlayın. Isınmış yağda kızartıp havlu kağıt üzerine alın.

