



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI PUF BÖREĞİ

2 adet çırpılmış yumurta
3 su bardağı rafine yağı
Hamuru için:
500 gram un
1/2 tatlı kaşığı tuz
1/2 limonun suyu
1 su bardağı su
2 çorba kaşığı yoğurt
1 çorba kaşığı rafine yağı
Hamuru yağlamak için:
200 gram suyu alınmış tereyağı (veya margarin)
Ispanaklı İç:
250 gram ıspanak
1 adet kuru soğan
25 gram margarin
Tuz
Karabiber

- 1) Ispanakları, kaynar tuzlu suyun içinde diriliği gidip de birazcık yumuşayınca kadar birkaç dakika haşlayınız.
- 2) İnce kıydığımız kuru soğanları, margarin yağında pembeleştirip, içine süzüp ince kıydığımız ıspanakları ilave edip, biraz daha pişiriniz.
- 3) Yeterince tuzunu ve karabiberini katıp, ocaktan indirip ve soğutunuz.
- 4) Unu mermerin üzerine eleyip, ortasını havuz gibi açınız. Yağlamak için gerekli olan margarin hariç, bütün malzemeyi ilâve edip, yoğurarak kuvvetlice top gibi bir hamur yapınız ve altına hafif un serpip üzerine ıslatılmış sıkılmış bir bez örterek 20 dakika dinlendiriniz.
- 5) Hamuru hafif un serpererek 50 santim çapında yuvarlak açınız ve üzerine yağı hafif ılık olarak döküp, ovucunuzun içiyle masaj yapar gibi iyice sürünüz.
- 6) Sonra hamuru, çevreden merkeze doğru 15'er santim kadar kesiniz. Bu durumda hamurun ortasında bir yemek tabağı kadar geniş ve kesilmemiş bir alan ile etrafında 6 parça kadar yarım üçgen hamur ortaya çıkar. Bu hamurlardan birini kesik hizası kıvrık olmak üzere ortadaki hamurun üzerine kapatınız. Diğerlerini de sırayla kapananların üzerine kapatıp bırakınız.
- 7) Elde ettiğiniz tabak gibi yuvarlak ve 6 kat üst üste hamurun üzerine ıslatılıp sıkılmış bir bez kapatıp 30 dakika bekletiniz.
- 8) Sonra merdane ile hafif un serpererek mümkün olduğu kadar ince açınız (bir yemek bıçağı burnu veya sırtı kalınlığında). Böylelikle hamurunuz hazırlanmış olur.
- 9) Önünüzdeki uçtan başlamak üzere 5 santim katlama payı bırakınız. Enine 3'er santim arayla yarımşar ceviz büyüklüğünde ıspanakları diziniz.
- 10) Ispanakların aralarına ve 4 santim önüne kapanacak hamurun yapışması için boydan boya yumurta sürünüz.
- 11) Katlama payı için bıraktığınız hamuru ıspanakların üzerinden aşırarak kapatınız. Yumurtaladığınız kısımların üzerlerine parmağınızla yapışması için hafifçe bastırınız.
- 12) Ispanağın 4 santim önünden kapattığınız hamuru, ucu tırtıllı bir hamur keseceği (yoksa küçük bir tencere kapağı) ile kesiniz ve içi ortada bırakarak aralarından hafifçe çapraz vaziyette kesip biraz un serpilmiş bir tepsiye diziniz.
- 13) Diğerlerini aynı şekilde hazırladıktan sonra kızgın yağda 2-3 dakika altüst kızartıp yağsız olarak yağdan çıkararak servis yapınız.