



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI RULO BÖREK

1 adet kuru soğan
1,5 çay bardağı sıvı yağ
1 adet yumurta sarısı
1 su bardağı yoğurt
3 adet yufka
100 gram beyaz peynir
500 gram ıspanak

İspanakları iyice temizlenene kadar yıkayın, ayıklayın ve parçalara bölün. Soğanı yemeklik doğrayın, 2-3 yemek kaşığı sıvı yağ koyulmuş tavada pembeleşene kadar kavurun. İspanakları ekleyip suyunu salana kadar soteleyin, ufaladığınız beyaz peyniri ekleyin ve tavayı ocaktan alın.

Yoğurt, yumurta ve 1 çay bardağı sıvı yağı iyice çırpın. Her bir yufkayı dörde bölün, üzerlerine hazırladığınız karışımı fırça yardımı ile sürün. Kenar tarafına peynir ve kavrulmuş kıymayı ince bir şerit halinde yayın, sigara böreği gibi yuvarladıktan sonra döndürerek gül şeklini verin. Kalan tüm yufkalar için aynı işlemi uygulayın. Üstlerine yumurta sarısı sürün, dilerseniz çörek otu da serpebilirsiniz. 175 önceden ısıtılmış fırında üzeri kızarıncaya kadar pişirin.

