



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI SAÇ BÖREĞİ (ADANA)

Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı

İç i için:

2 bağ ıspanak

4 baş kuru soğan

1/2 kaşık salça

2 kaşık sıvı yağ

Hamuru için:

1 kg. un

Yeteri kadar su ve tuz

İspanak ve soğanlar küçük küçük doğranır. Yağ, salça, karabiber ve tuz ilavesiyle iyice kavrulur iç hazırlanır. Un, tuz ve suyla sertçe bir hamur haline getirilir. Hamurdan bezeler alınarak tabak büyüklüğünde açılır. Açılan hamurların yarısına ıspanaklı iç koyulur. Diğer yarısı kapatılarak sıcak saç üzerinde arkalı önlü pişirilir.