



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI SİGARA BÖREĞİ

3 adet yufka
1 su bardağı tahin
yarım su bardağı süt
1 demet ıspanak
1 adet kuru soğan
5 orba kaşığı sıvıyağ
karabiber
tuz

Soğan sıvıyağda pembeleştirilir. Üzerine ince doğranmış ıspanak katılır. 10-15 dakika kavrulur, tuz ve karabiber eklenir, ateşten alınır, yufkalar sigara böreğı biçiminde üçgen kesilir. Üçgen parçanın yüzeyin süt, tahin karışımı sürölür, kalın kenarına ıspanaklı iç konur ve sarılır. Yağlanmış fırın tepsisine börekler dizilir, üzerine kalan tahinli süt sürölür. Önceden 200 derece ısıtılmış fırında kızarana kadar pişirilir.