



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## KOL BÖREĞİ

6 adet yufka  
Yarım kg ıspanak  
1 ay bardağı zeytinyağı  
2 adet soğan  
250 gram peynir

Soğanları doğrayıp zeytinyağında kavurun. Kıyılmış ıspanağı da ilave edin. Ispanak suyu çekince peyniri ekleyin. Bir adet yufkayı yayın. Üzerine zeytinyağı sürüp ikinci yufkayı üzerine koyun. Yufkayı dörde bölüp harçtan koyup sarın. Fırında 180 derecede pişirin.

---