



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KOLAY ISPANAKLI KİŞ (HAZIR YUFKA)

6 adet yufka
1 su bardağı su
1 çay bardağı sıvı yağ
İçerisinde:
4 dal taze soğan
1 kilo ıspanak
200 gram beyaz peynir
Tuz, karabiber
1 yumurta
2 çorba kaşığı yoğurt

Taze soğanı ince kıyıp üzerine yıkanmış ve iri doğranmış ıspanağı ekleyip karıştırın. Üzerine ufalanmış beyaz peyniri de ilave edip harmanlayın. Son olarak çırpılmış yumurta ve yoğurdu da ıspanaklı iç harcına ekleyip bir kenarda bekletin. Yufkaları tart kaplarına kat kat döşeyin üzerinde suyu ve sıvı yağı çırpıp ıslatın. Ispanaklı harçtan üzerine serpin ve 200 derecedeki fırında 35 dakika kadar pişmeye bırakın. Üzeri kızarıncaya fırından alıp rendelenmiş peyniri serpin. Servis tabağına dizip ikram edin.