



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## MARMARINA

"Kitabüt Tabbahin" 13. yy. el yazması yemek kitabı  
Günümüze Uyarlayan: Osman Güldemir

Ispanak - 250 gr. (Ayıklanmış ve yıkanmış)  
Yufka 2 adet 210 gr.  
Tereyağı 4 yemek kaşığı 40 gr. (Eritilmiş)  
Koyun peyniri 70 g su bardağı 100 gr. (Taze, rendelenmiş)  
Yumurta 2 orta boy 100 gr. (1 tatlı kaşığı tuz ile çırpılmış)  
Tuz 1 tatlı kaşığı 6 gr.

Ispanak kaynar suya daldırılıp çıkarılır ve ince kıyılır.  
Fırın tepsisi yağlanır, yufkalar döşenir.  
Üzerine tereyağı serpilir ve ıspanak yayılır.  
Peynir ve yumurta karıştırılarak eşit şekilde dağıtılır.  
180 °C'de, önceden ısıtılmış fırında üzeri pembeleşene kadar pişirilir. Hoş ve güzel olur.

Not: Orijinal metinde sadece taze peynir yazmaktadır, denemeler sonucu taze koyun peynirinin daha lezzetli olduğu kanısına varılmıştır. Orijinal metinde tuz bulunmamaktadır. Peynirin tuzuna göre 1 tatlı kaşığı tuzun eklenmesi uygun görülmüştür.

