



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PEYNİRLİ İSPANAK KÖFTESİ

1/2 kg. ıspanak
250 gr. beyaz peynir
1 adet yumurta
1 tutam tarçın
1 çorba kaşığı kuş üzümü
1 çorba kaşığı çam fıstığı
Yeterince galeta unu, tuz, biber ve kızartma yağı

YAPILIŞI:

İspanakları iyice yıkayıp, ayıklayınız. Tozu, toprağı kalmasın. Bir tencereye koyup, tuzlu suda iyice yumuşayınca kadar 15-20 dakika haşlayınız. Haşlanan ıspanakları, süzüp küçük küçük doğrayınız. Büyükçe bir tencereye koyup, içine peyniri, bir adet yumurtayı, tarçını, kuş üzümünü, çam fıstığını, tuzu, biberi koyup, iyice yoğurunuz. Yoğururken elinize gelen büyük parçaları kopararak küçültünüz. Bir tavada kızartma yağını kızdırınız. Bir yumurtayı çırıp hazırlayınız. İspanak hamurundan bir parça alıp, avucunuzda yassı yuvarlak köfte şekli verdiriniz. Önce galeta ununa, sonra yumurtaya bulayıp, kızgın yağda altını üstünü kızartınız. Tavadan alıp yağını süzdürün, sıcak sıcak ikram ediniz.