



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PEYNİRLİ İSPANAKLI MANTAR DOLMASI

18 iri mantar (yıkayıp, kurulandıktan sonra, sapları kesilmiş)
1 küçük soğan (doğranmış)
1/4 tatlı kaşığı kekik
1 çorba kaşığı limon suyu (taze sıkılmış)
15 g (1 çorba kaşığı) tuzsuz tereyağı
1/4 tatlı kaşığı tuz
1 çorba kaşığı natürel zeytinyağı
2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
250 g ıspanak (ayıklanıp, yıkandıktan sonra, sapları koparılmış ve sıkılarak süzdürölüp, iri doğranmış)
bir tutam karabiber (taze çekilmiş)
100 g keçi peyniri (ya da kaşarpeyniri) rendesi

Mantarların saplarını ince kıyıp, bir kenara bırakın.

Fırınızı 180 °C'a ısıtın. Bir tencereye 1/5 su bardağı su, soğanların 2 çorba kaşığı ve kekiğı koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak, karışımı bir taşım kaynatın. Kaynamaya başladıktan sonra, 3 dakika pişirip, mantarları dipleri yukarı bakacak biçimde tencereye koyun. Limon suyunu ekleyip, tencerenin kapağını kapatarak, ateşi kısın ve mantarları, pişme suyunun 1/3'ünü çekinceye kadar (yaklaşık 10 dakika) kısık ateşte pişirin. Tencereyi ateşten alıp, mantarları delikli kaşıkla tek tek kâğıt mutfak havlusu üstüne çıkararak, süzölmeğe bırakın. Tencereyi orta ateşe oturtup, içindeki karışımı ısıtın. Isınınca kıyılmış mantar saplarını, tereyağı ve tuzun yarısını ekleyip, sık sık karıştırarak, bütün suyunu çekinceye kadar (yaklaşık 8 dakika) pişirin. Tencereyi ateşten alıp, karışımı bir salata kâsesine aktarın.

Tencereyi yıkayıp, kuruladıktan sonra, harlı ateşe oturtun ve zeytinyağını koyarak, kızdırın. Yağ kızınca kalan soğanları ve sarımsakları koyup, karıştırın. Ispanakları ekleyip, kalan tuzu serpin ve sürekli karıştırarak, sebzeleri bıraktıkları bütün suyu çekinceye kadar (yaklaşık 4 dakika) pişirin. Tencereyi ateşten alıp, karışımı kâsedeki mantar saplı karışımın üstüne boşaltarak, karabiberi serpin ve iyice karıştırın. Keçi peyniri (ya da kaşarpeyniri) rendesini serpip, hafifçe karıştırın.

Hazırladığınız bu harcı, bir tatlı kaşığıyla mantarlara doldurun. Mantar dolmalarını bir seramik tabağa yan yana dizip, tabağı fırına vererek, mantar dolmalarını üstündeki harç altın sarısı bir renk alıncaya kadar (yaklaşık 20 dakika) pişirin. Tabağı fırından alıp, bekletmeden servis yapın.