



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ KALP BÖREK

<https://www.sabah.com.tr>

1/2 demet ıspanak
1 adet pırasa
1 tatlı kaşığı tereyağı
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz
8 adet milföy hamuru
Üzeri için:
1 adet yumurta sarısı
1-2 çorba kaşığı çörekotu

İspanak ve pırasayı yıkayıp, kuruladıktan sonra incecik kıyın. Tereyağında birlikte soteleyip, karabiber ve tuz ekleyin. Daha sonra karıştırıp ocaktan alın. Milföy hamurlarını hafifçe yumuşayana dek oda sıcaklığında bekletin. 4 adet milföy hamurunu merdane yardımıyla ayrı ayrı açın. Yan yana getirerek, kenarları hafif üst üste gelecek şekilde 1 adet büyük ve bütün bir milföy elde edin. Birleşim yerlerinin açılmaması için elinizle hafif bastırın. Üzerine ıspanaklı harcı yayıp, kalan 4 adet milföyü, ilk hazırladıklarınız gibi yapıp, üzerine yayın. Kalp şeklindeki kalıpla kesip, kenarlarının açılmaması için çatal yardımıyla hafifçe bastırın. Üzerlerine yumurta sarısı sürüp, çörek otu serpin. Fırın tepsisine yerleştirip, önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15-20 dakika, üzerleri kızarana dek pişirin. Ilık olarak servis yapın.

