



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ KİŞ

Hamuru için:

250 gram un

150 gram tereyağı

50 ml su

1 çay kaşığı tuz

3 yumurtanın sarısı

İçi için:

300 gram kabak

3~4 dal ıspanak

3 dal pırasa

1 soğan

1 yemek kaşığı tereyağı

1 çay bardağı beyaz peynir

Tuz

Karabiber

Pul biber

Sosu için:

250 ml krema

1 yumurtanın sarısı

Tuz

Beyaz biber

1 çay kaşığı rendelenmiş muskat

Yarım çay kaşığı zerdeçal

Hamuru için un ve küçük parçalar halinde kestiğiniz tereyağını tuzla birlikte karıştırın. Yumurta sarılarını ve suyu ekleyin. Sert bir hamur olacak şekilde yoğurun. Hamuru streç filmle sarıp buzdolabında en az iki saat bekletin. Dinlenen hamuru eşit bezelere ayırıp bir merdane yardımıyla ince açın. Hamurları yağlayıp hafif unladığınız tart kalıplarına kenarlarından bastırarak yerleştirin. Hamurların üzerine çok az daha un serpin ve tekrar buzdolabına alın. İç harcı için tüm sebzeleri ince doğrayıp tereyağında hafif soteleyin. Tuz ve karabiberle tatlandırıp ocaktan alın. İlinan sebzeleri dinlen tart hamurlarının üzerine yayın. Sosu için gerekli olan tüm malzemeyi bir kasede karıştırıp sebzelerin üzerine dökün. Rendelenmiş beyaz peynir serpin ve önceden ısıtılmış 175 derece fırında 30-35 dakika pişirin. Sıcak ya da ılık servis yapın.



