



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ STRUDEL

Malzemeler:

12 adet ıspanak yaprağı
1 adet soğan
1 adet ince dilimlenmiş kırmızı dolmalık biber
1 adet kabak
1 adet patlıcan
Yarım su bardağı kaşar rende
6 adet yufka
3 yemek kaşığı erimiş tereyağı
Yeteri kadar fesleğen zeytinyağı susam

Hazırlanışı:

Ispanak yapraklarını kaynar suda yumuşayınca kadar tutun. Fazla sularını atmak için elinizle sıkın. Tavada zeytinyağında yemeklik doğranmış soğanı kavurun. Ardından dilimlenmiş biber, kabak ve patlıcanları da ekleyin. Soğumaya bırakın. Yufkanın üzerini eritilmiş tereyağıyla yağlayın. Tüm yufkaları aynı işlemle üst üste koyun. Yufkanın ortasına uzunlamasına ıspanak yapraklarını ve sebzeli harcı yerleştirip üzerine kaşar rendesi serpin. Kenarlardan 5'er cm katlayarak bir dikdörtgen meydana getirin. Onu da rulo olarak sarın. Önceden 210 derecede ısıtılmış fırının tepsisini yağlayın ve strudelin kenarını alta gelecek şekilde tepsiye yerleştirin. Kalan tereyağıyla üzerini yağlayıp susamları serpiştirin. 25 dakika üzeri kızarana kadar fırında pişirin.

[ML® Etli Rulo Börek \(Strudel\) için tıklayın](#)

[ML® Etli Rulo Börek \(görsel\)](#)