



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

SOSLU İSPANAK BOHÇALARI

Malzemesi

1 kg İspanak

2 Yufka

Yoğurt

Tamek Domates Salçası

2 yemek kaşığı Zeytinyağı

Tuz

Karabiber

İspanak yıkandıktan ve doğrandıktan sonra yağda kavrulur. Tuz ve karabiber eklenir. (Hiç suyu kalmaması gerekir) İllıklaşması beklenir 4 kaşık yoğurt ve 2 yemek kaşığı zeytinyağından oluşan harç yufkaya sürülür. Yufkalar dörde bölünür ve her bir parça içine harç konarak köşelerinden kapatılır. Harç üzerlerine de sürülür (Ne kadar bol sürülürse o kadar yumuşak olacaktır.) Fırın tepsisine yağlı kağıt konur ya da tepsi yağlanır yerleştirilir. 150 derecede önceden ısıtılmış fırında 5-8 dakika pişirilir. (Yufkanın kurumamasına dikkat ederek) Fırından çıkartılarak her bir parça ayrı servis tabağına alınır, Üzerini kaplayacak kadar yoğurt dökülür. Önceden yağda kızdırılmış 2 çorba kaşığı salça da üzerine şekil verilerek dökülür ve servis edilir. İstenirse pul biberle süslenir.
