



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOSLU İSPANAK BÖREĞİ

6 kişilik

İç için:

Yarım kg ıspanak

2-3 orba kaşığı sıvı yağ

1 adet soğan

100 gram kıyma

Yarım demet maydanoz

Tuz

Karabiber

Sos için:

2 orba kaşığı tereyağı

2 orba kaşığı un

2 orba kaşığı süt

1 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri

3 adet yufka

Ön hazırlık olarak böreğın iç malzemesini hazırlayalım. İspanağın yapraklı kısımlarını bol suda birkaç kez yıkayıp, suyunu iyice süzelim. Tavaya sıvı yağı alalım. Yemeklik doğradığımız soğanı tavaya aktaralım. Şeffalaşana dek kavuralım. Ardından kıymayı ilave edelim. Rengi değışene dek kavuralım. İspanağı doğradıktan sonra pişerken sulanmaması için avucumuzla sıkarak, tavaya aktaralım. Ateřten almadan kısa bir süre önce ince kıyılmış maydanozu, tuz ve karabiberi ekleyelim. Yufkaları üst üste serelim. Enine ve boyuna keserek, 4 eşit parçaya ayıralım. Her parçanın geniş tarafına ıspanaklı harçtan bir miktar koyalım. Rulo şeklinde saralım. Sonra ruloyu kendi etrafında çevirerek, yuvarlak bir şekil verelim. Börekleri hafifçe yağlanmış firm tepsisine dizelim. Sos için, tavaya 2 çorba kaşığı tereyağını alalım. Sürekli karıştırarak, 2 çorba kaşığı unu ilave edelim. Unu sararana dek kavuralım. Sütü azar azar ve karıştırarak, ekleyelim. Tuzunu ayarladıktan sonra koyulaşana dek pişirdim. Sosu eşit miktarlarda böreklerin üzerine dökelim. Önceden ısıtılmış 200 dereceli fırında üzerindeki sos hafifçe kızarana dek pişirdim. Tepsiyi fırından alalım ve üzerine rendelenmi kaşar peyniri serpelim. Tepsiyi tekrar fırına sürüp üzerindeki kaşa peyniri eriyene dek bekletelim.