



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

VEGAN BÖREK

3 adet yufka
1 su bardağı zeytinyağı
Yarım su bardağı su
İçi için:
1 demet ıspanak
1 tatlı kaşığı tuz

İspanaklar çok ince kıyılır. Tuz eklenir ve gevşeyene kadar oğulur. İlk yufka serilir. Yüzeyine su ve zeytinyağı sürülür. Artı şeklinde kesilir. Geniş kenarına yeteri kadar iç konur, rulo yapılır. Gül böreği şeklinde sarılır. Yağlı kağıt serilmiş tepsiye dizilir. Üzerlerine biraz zeytinyağı sürülür. 180 derece fırında kızarana kadar pişirilir.
