



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YUFKADA ÇİPURA

- 1 adet çipura balığı
- 1 adet yufka
- 1 adet yumurta
- 1 adet haşlanmış havuç
- 5 adet ıspanak yaprağı
- 5 adet taze soğan

Haşlanmış havuç ince ince doğranır. Taze soğanın yeşil yaprakları doğranıp havuca ilave edilir. 1 yumurta kırılıp tuz, biber ilavesi ile karıştırılır. Bu karışım 2'ye ayrılmış çipura filetonun 1 tanesinin üzerine sürülür. Ispanak yaprakları bu karışımın üzerine dizilir. Çipuranın diğer yarısı da tuzlanıp üzerine kapatılır. 1 yufkanın yarısı ile balık sarılır ve yufkaya da balık şekli verilir. Üzerine yumurta sarısı sürülüp fırına atılır.