



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZARF BÖREĞİ (İSPANAKLI)

<https://www.elele.com.tr>

5 su bardağı un
1 çay bardağı süt
1 çay kaşığı tuz
1 tane yumurta

İçerik için:

1 kg ıspanak
1 büyük soğan

Zeytinyağı

Tuz

Karabiber

Üstü için:

Bir tutam haşhaş veya çörekotu

Unu tuzla karıştırıp bir havuz yapın. Yumurta ve sütü ekleyip kulak memesi kıvamına gelene kadar yoğurun. Gerekirse bir miktar daha süt koyabilirsiniz. Yoğurduğunuz hamuru 15 dakika kadar üstü kapalı şekilde dinlendirin. Bu arada soğanları ve ıspanakları minik minik doğrayın iyice kızdırdığınız tavada 10 -15 dakika kadar çevirip tuzunu ve karabiberini ekledikten sonra soğumaya bırakın. Dinlenmiş hamurunuzu yuvarlak toplar halinde ayırın ve herbir topu tezgahınızın üzerine koyup ince açın. Zeytinyağı sürüp önce zarf şeklinde katlayın ve tekrar açıp kare şeklinde kesin. Ortasına ıspanaklı harçtan koyup zarf şeklinde kapatın ve her zarf böreğinin üzerine haşhaş veya çörekotu serperek 200 derece ısıttığınız fırında yarım saat kadar pişirin.

