



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mûtevazî Lezzetler® Mutluluklar Diler

ISPANAKLI ÇÖREK



- 1 Çorba kaşığı dolusu toz maya
- 1 Adet kesme şeker
- 3 Su bardağı ılık su
- 1 Tatlı kaşığı tuz
- Alabildiği kadar un
- İçi İçin;
- 1 Demet ıspanak (yarım kg.)
- 4 Çorba kaşığı sıvıyağ
- 2 Su bardağı yağsız rende beyaz peynir
- 1 Adet yumurta beyazı
- Yarım tatlı kaşığı karabiber
- Yarım tatlı kaşığı tuz
- Üzeri İçin;
- 1 Adet yumurta sarısı

- # Yoğurma kabına toz maya, kesme şeker ve 1 su bardağı ılık su konur, karıştırılır, üzeri kapalı olarak 10 dakika bekletilir.
- # Daha sonra kalan 2 su bardağı ılık su eklenir, tuz katılır. Yoğurdukça un ilave edilir, katı olmayan bir hamur yapılır.
- # Hamurun üzeri kapatılır, 1 saat bekletilir. Bu arada içi hazırlanır; ıspanaklar yıkanır, ince doğranır.
- # Tencereye sıvıyağ konur, orta ateşe yerleştirilir, ıspanak katılır, karıştırarak hafif solana kadar pişirilir, tuz katılır, ateşten alınır.
- # ıspanak ılıyınca yumurta beyazı, karabiber ve rende beyaz peynir eklenir.
- # Dinlenen hamur 4 eşit parçaya ayrılır. Her parça küçük bir tepsi büyüklüğünde, dikdörtgen şeklinde açılır.
- # Açılan hamurun yüzeyine ıspanaklı harcın dörtte biri yayılır. Fazla gevşek olmayacak şekilde rulo yapılır.
- # Rulo, 3 parmak kalınlığında kesilir. Diğer 3 parça hamura da aynı işlemler uygulanır. Hazırlanan çörekler diklemesine, bol yağlanmış tepsiye aralıklı dizilir, fırına vermeden önce yarım saat dinlendirilir.
- # Üzerlerine yumurta sarısı sürülür, önceden ısıtılmış 190 derece fırında pembeleşene kadar pişirilir.
- # Sıcak ya da ılık olarak ikram edilir.

Not: Hamur hazırlamaya zaman yoksa 2 adet çiğ ekmek hamuru da kullanılabilir.