



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mtevezı Lezzetler Mutluluklar Diler

FİYONK BÖREĞİ



12 adet kare milföy hamuru
1 küçük demet ıspanak
1 ay bardağı sıvıyağ
1 ay bardaĐı ezilmiŐ beyaz peynir
1 adet yumurta beyazı
1 ay kaŐıĐı tuz
zeri için:
1 adet yumurta sarısı
1 orba kaŐıĐı susam

- # Ispanak yıkanır. Saplarıyla birlikte ince kıyılır.
- # Tavaya yağ konur, kızınca ıspanak atılır. Solana kadar hızlı ateŐte kavrulur, tuz atılır, ateŐten alınır.
- # Ispanak tamamen soğuyunca peynir ve yumurta beyazı eklenir, karıŐtırılır.
- # İlk milföy hamuru alınır, unlu zeminde parmak ularıylaŐeklini bozmadan byltlr.
- # Ortası boŐ kalacakŐekilde iki yanına i konur. İkinci aynıŐekilde byltlmŐ milföy hamuru üzerine konur.
- # Bir ruletle dört kenarı kesilir. Ortada boŐ bırakılan yer de ruletle kesilerek ayrılır.
- # ıkan hamur parçaları birleŐtirilir veŐerit yapılır. hazırlanan börek ortadan bzdrlr. HazırlananŐerit ortaya sarılır.
- # Bütün börekler aynıŐekilde hazırlanır, yağlı kağıt serilmiŐ tepsiye dizilir. zerine yumurta sarısı sürülür, susam serpilir.
- # Tepsi önceden ısıtılmıŐ 190 derece fırına verilir. Breklerin zeri kızarana kadar piŐirilir.
- # Ilık olarak ikram edilir.

Not: Ispanağın suyunu bırakması istenmiyorsa hızlı ateŐte kavrulmalıdır.