



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

ISPANAKLI AY ÇÖREĞİ



1 paket çabuk maya (instant)
1 adet yumurta
1 adet yumurta beyazı
1 su bardağı süt
1,5 çay bardağı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı tuz
Alabildiği kadar un
İçi için:
1 demet ıspanak
1 adet kuru soğan
3 orba kaşığı sıvıyağ
1 dilim beyaz peynir

- # Maya, ılık süt bir kaba konur, parmak ualıyla karıştırılır.
- # zerine yumurta, yumurta beyazı, sıvıyağ ve tuz eklenir. Kısa süre daha karıştırılır.
- # Ele yapışmayan, yumuşak kıvamda bir hamur elde edene kadar yavaş yavaş elenmiş uneklenerek yoğrulur.
- # Hamurun zeri kapatılır. ılık ortamda 45 dakika 1 saat bekletilir.
- # Bu arada i malzemesi hazırlanır. Soğan ince kıyılır, az tuzla ovulur, tencereye konur. zerine yıkanmış, ince doğranmış ıspanak ve yağ eklenir, karıştırılır.
- # Tencerenin kapağı kapatılır, kısık ateşe yerleştirilir. Kapağını açmadan yaklaşık 20 dakika pişirilir.
- # Ispanaklı karışım soğuduktan sonra üzerine ufalanmış peynir katılır, karıştırılır.
- # Dinlenen hamur 20 eşit parçaya ayrılır. Her parça unlu zeminde, merdane yardımıyla 1 karış boyunda, 4 parmak eninde, oval şekilde açılır.
- # Uzun kısmına yeteri kadar i konur. nce rulo yapılır sonra iki ucu bir noktaya getirilerek ay şekli verilir.
- # rekler yağlanmış tepsiye aralık bırakarak dizilir. 20 dakika kadar tepside bekletirli.
- # Daha sonra üzerlerine yumurta sarısı sürülür. Çörekotu ve susam serpilir.
- # Önceden ısıtılmış 190 derece fırına verilir. Kızarana kadar pişirilir.
- # ılık servis yapılması tavsiye edilir.

Not: şekillendirme aşamasında bütün hamurlar açıldıktan sonra, i malzeme paylaştırılırsa reklere eşit oranda i konmuş olur.