



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

ISPANAKLI SARMA BÖREK



Yarım su bardağı süt
Yarım su bardağı yoğurt
1 adet yumurta
1 çay bardağı sıvı yağ
1 tatlı kaşığı sirke
1 tatlı kaşığı tuz
Alabildiği kadar un
İçi için:
Yarım kg ıspanak
1 adet kuru soğan
3 çorba kaşığı sıvı yağ
Yarım küçük kalıp beyaz peynir
1 adet yumurta beyazı
Arası için:
8 çorba kaşığı sıvı yağ
Üzeri için:
1 adet yumurta sarısı

- # Ispanak yıkanır, doğranır, bir tencereye aktarılır. Üzerine ince doğranmış soğan ve sıvı yağ konur. Kapağı kapatılır, kısık ateşte, kendi buharı ile yarım saat pişirilir.
- # Hamur hazırlamak için çukur bir kaba süt, yoğurt, sıvı yağ, sirke, tuz ve yumurta konur, iyice karıştırılır.
- # Üzerine ele yapışmayan, orta sert kıvam kıvam alana kadar un eklenerek yoğrulur. Elde edilen hamurun üzeri kapatılır, yarım saat dinlendirilir.
- # Ispanaklı iç soğuyunca yumurta beyazı ve ezilmiş beyaz peynir ilave edilir.
- # Dinlenen hamur 4 eşit parçaya bölünür. İlk parça unlu zeminde, oklavayla olabildiğince ince açılır.
- # Yüzeyine 2 çorba kaşığı yağ gezdirilir. Daha sonra ıspanaklı içi dörtte biri yayılır. İkinci hamur açılır, birinci hamurun üzerine yerleştirilir.
- # İkinci hamurun üzerine de 2 çorba kaşığı yağ gezdirilir, ıspanaklı içi dörtte biri konur. İki yufka üst üste sıkı olmayan rulo yapılır.
- # Kalan iki hamur parçasına da aynı işlemler uygulanır. Hazırlanan iki rulo yağlanmış tepsiye yan yana konur.
- # Üzerlerine yumurta sarısı sürülür. 1 parmak ara ile bıçakla kesik atılır. Tepsi önceden ısıtılmış 190 derece fırına verilir.
- # Böreğin üzeri kızarıncaya fırından alınır. İyince kesik yerlerinden dilimlenir.
- # Ilık olarak servise sunulur.

Not: Bu böreği hazırlamak için ıspanak yerine aynı miktarda pazı da kullanılabilir.