



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

Focaccia con Spinaci

Ispanaklı Poğaç



Per l'impasto;
2 uova
2 bicchierini di yogurt
1 bicchierino d'olio vegetale
1 bustina lievito di polverante
1 cucchiaino di sale
Abbastanza farina
Per l'interno;
1 mazzo di spinaci
1 cipolla secca
4 cucchiaini d'olio vegetale
1 cucchiaino di sale

Completo di 1 uovo e albume d'un uovo , yogurt ed olio si miscelano. S'aggiunge lievito polverante. Così abbiamo un'impasto che non si picchia nei mani.

L'impasto si lascia a riposare per 1 ora.

Durante riposando l'impasto si prepara interno. Per questo; Gli spinaci si lavano, e poi filtrano bene che così non si rimane l'acqua.

Cipolla si taglia , si mettono in una ciotola per cucinarsi senza aggiungersi l'acqua. 4 olio vegetale, sale, gli spinaci tagliati, sale e cipolle (irem sultan cengiz).

Dall'impasto si prendono i pezzi come grandezza di noce . Poi si aprono con le mani come grandezza di piatto di tè . Dentro si mette di quella miscelata preparata e poi si piega dal mezzo.

Sopra si mette turlo dell'uovo .Poi si filano nel vassoio di forno . Si cucina nel forno riscaldato a 180 gradi finché si violano.

Nota: Questa miscelata con spinaci si può usare per la preparazione d'altra focaccia. Spinaci non perdono la vitamine perchè non è bollita.