



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

Pasticceria di Braccio con Spinaci

Ispanaklı Kol Böreği



1 bicchiere d'acqua fresca
2 cucchiaini di yogurt
2 cucchiaini di olio d'oliva
1 cucchiaino di sale
In quantità di farina
Per interno;
1 mazzetto di spinaci
Mezzo cucchiaino di sale
1 bicchiere di formaggio pestato

- # Nella ciotola da impastare si mettono l'acqua olio d'oliva, yogurt e sale poi si mescolano con il dito.
- # Sopra si aggiunge la farina setacciata e si fa impasto finché non si picica alle mani. e poi l'impasto si lascia riposare.
- # Poi spinaci si lava e si filtra poi si macina finemente e poi si macina nelle mani insieme con la sale finché si ammorbidiscono bene.
- # Poi l'impasto riposato si divide in 4 pezzi uguali. ogni pezzo si mette sul tavolo farinato e si apre con il rullo abbastanza sottile.
- # Poi sopra di yufka si mette dall miscela oliod'oliva , poi si piega in mezzo e si rimette olio d'oliva.
- # Poi in lungezza si mette dall miscelata di spinaci. e poi si piegano da destra e da sinistra si fa il rullo mezzo stretto.
- # Poi rullo si piega in due e i fini si rotolano verso dentro senza stringere.
- # Si fa ugualmente anche gli altri impasti . Poi le pasticcerie olioatri si filano nel vassoio di forno. Sopra si mettono con la spazzolina ancora unpo' olio d'oliva.
- # Poi vassoio si mette nel forno riscaldato a 190 gradi e si cucina circa per mezz'ora.

Nota: Per una ricetta isn salute nella preparazione di questa pasticceria si usava olio d'oliva. Se volendo si può usare anche 125 gr. di margarina.