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

ISPANAKLI POĞAÇA



Hamuru İçin;
2 Adet yumurta
2 Çay bardağı yoğurt
1 Çay bardağı sıvıyağ
1 Paket kabartma tozu
1 Tatlı kaşığı tuz
Alabildiği kadar un
İçi İçin;
1 Demet ıspanak
1 Adet kuru soğan
4 Çorba kaşığı sıvıyağ
1 Tatlı kaşığı tuz

1 yumurtanın tamamı, diğer yumurtanın akı, yoğurt, yağ karıştırılır, yedirerek un eklenir, kabartma tozu konur, ele yapışmayan orta sertlikte bir hamur elde edilir.
Hamur 1 saat dinlenmeye bırakılır.
Hamur dinlenirken içi hazırlanır. Bunun için; ıspanaklar yıkanır, suyu kalmayacak şekilde süzülür.
Soğan yemeklik doğranır. Bir tencereye 4 çorba kaşığı sıvıyağ, doğranmış ıspanak, tuz ve soğan alınır. Hiç su koymadan kendi buharı ile pişirilir. Soğutulur.
Dinlenmiş hamurdan ceviz büyüklüğünde parçalar koparılır, parmak uçlarıyla çay tabağı büyüklüğünde açılır, içine 1 tatlı kaşığı ıspanaklı iç yerleştirilir ve ortadan katlanarak kapatılır.
Üzerine ayrılan yumurtanın sarısı sürülür, yağlanmış fırın tepsisine dizilir. 180 derece fırında kurutmadan pembe renk alana kadar pişirilir.

Not: Bu ıspanaklı iç, değişik böreklerde kullanılabilir. Ispanak haşlanmadığı ve kavrulmadığı için bu şekil pişirmeyle vitamin değerini korur.

© ml.md (Türkçe) Tarif no: 392 | Adı: Ispanaklı Poğaça | İndirme tarihi: 29.03.2024 - 09:15