



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

## SOSLU BÖREK



3 adet yufka  
İçi için:  
1 büyük demet ıspanak (750 gr.)  
1 adet kuru soğan  
Yarım çay bardağı sıvıyağ  
1 tatlı kaşığı karabiber  
1 tatlı kaşığı tuz  
Sosu için:  
1,5 su bardağı soğuk süt  
1,5 çorba kaşığı tereyağı  
1,5 çorba kaşığı un  
1 çay kaşığı tuz  
Üzeri için:  
1 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri

- # Ispanak yıkanır, suyu süzöldükten sonra saplarıyla birlikte ince doğranır. Soğan ince kıyılır.
- # Tencereye sıvıyağ konur, soğan eklenir pembeleştirilir. Üzerine ıspanak katılır, hızlı ateşte yumuşayana kadar kavrulur. Tuz ve karabiber eklenir.
- # İç soğurken sos hazırlanır. Tereyağı ve un tavada bir kaç dakika kavrulur. Soğuk süt ve tuz eklenir. Karıştırarak göz göz olana kadar pişirilir.
- # Yufkalar üst üste konur, bıçakla artı şeklinde keserek 12 eşit üçgen parça kesilir.
- # Yufkaların geniş kenarlarına uzunlamasına ıspanak konur, rulo yapılır. Sonra iki ucu içe doğru kıvrılır ya da gül börek şekli verilir.
- # Börekler yağlanmış fırın tepsisine dizilir. Her böreğe 1 çorba kaşığı kadar sos konur.
- # Önceden ısıtılmış 190 derece fırında açık pembe renk alana kadar kızartılır.
- # Börek fırından çıkarılır. Üzerlerine rendelenmiş kaşar peyniri bırakılır.
- # Tekrar fırına verilir. Sadece kaşar eriyene kadar pişirilir.
- # Sıcak olarak servis yapılır.

**Not:** Ispanağın suyunu bırakmaması için hızlı ateşte kavurmak gerekir.