



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

MUSKA BÖREĞİ



- 1 Demet ıspanak (250 gr. kadar)
- 1 Su bardağı dolusu taze rende kaşar
- 1 Adet çok ufak soğan
- 4 Çorba kaşığı sıvıyağ
- 3 Adet hazır yufka
- Kızartmak için sıvıyağ

Ispanaklar yıkanır, suyu süzülür, çok ince doğranır.

Üzerine çok ince doğranmış soğan ve 4 çorba kaşığı yağ eklenerek, bir tencerede kapağı kapalı olarak ve hiç su eklemeyen kısık ateşte 20 dakika pişirilir.

İç pişerken, yufkalar önce ortadan 2 parçaya kesilir, sonra kibrit kutusunun kalın tarafı genişliğinde şeritler kesilir.

Yufkanın dar kısmına bir miktar soğumuş ıspanak ve bir tutam rende kaşar konur. Kenardan üçgen katlanır, sonra üçgen bir tur attırılır, bu şekilde yufkanın uzunluğunca üçgen şeklinde katlanır, ucu ısıtılarak yapıştırılır.

Yufkanın kesilen, kullanılmayacak yuvarlak kısımlarının ziyan olmaması için, küçük parçalara bölünerek, ıspanaklı için üzerine konarak değerlendirilir.

Hazırlanan muska börekleri kızgın yağa atılır, iki tarafı da kızarana kadar pişirilir.

Sıcak ya da ılık olarak servis yapılır.

Not: Muska böreği, daha çok beyaz peynirli içle hazırlanır, ıspanakla hazırlanan bu iç, hem lezzetli hem de sebze tüketimi açısından besleyicidir.