



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

ISPANAKLI SARMA BÖREK



Yarım su bardağı süt
Yarım su bardağı yoğurt
1 adet yumurta
1 ay bardağı sıvı yağ
1 tatlı kaşığı sirke
1 tatlı kaşığı tuz
Alabildiği kadar un
İçi için:
Yarım kg ispanak
1 adet kuru soğan
3 orba kaşığı sıvı yağ
Yarım küçük kalıp beyaz peynir
1 adet yumurta beyazı
Arası için:
8 orba kaşığı sıvı yağ
zeri için:
1 adet yumurta sarısı

İspanak yıkanır, doğranır, bir tencereye aktarılır. zerine ince doğranmış soğan ve sıvı yağ konur. Kapağı kapatılır, kısık ateşte, kendi buharı ile yarım saat pişirilir.

Hamur hazırlamak için çukur bir kaba süt, yoğurt, sıvı yağ, sirke, tuz ve yumurta konur, iyice karıştırılır.

zerine ele yapışmayan, orta sert kıvam kıvam alana kadar un eklenerek yoğrulur. Elde edilen hamurun üzeri kapatılır, yarım saat dinlendirilir.

İspanaklı i soğuyunca yumurta beyazı ve ezilmiş beyaz peynir ilave edilir.

Dinlenen hamur 4 eşit parçaya bölünür. İlk parça unlu zeminde, oklavayla olabildiğince ince açılır.

Yüzeyine 2 orba kaşığı yağ gezdirilir. Daha sonra ispanaklı için dörtte biri yayılır. İkinci hamur açılır, birinci hamurun üzerine yerleştirilir.

İkinci hamurun üzerine de 2 çorba kaşığı yağ gezdirilir, ispanaklı için dörtte biri konur. İki yufka üst steyken sıkı olmayan rulo yapılır.

Kalan iki hamur parçasına da aynı işlemler uygulanır. Hazırlanan iki rulo yağlanmış tepsiye yan yana konur.

Üzerlerine yumurta sarısı sürülür. 1 parmak ara ile bıçakla kesik atılır. Tepsi önceden ısıtılmış 190 derece fırına verilir.

Böreğin zeri kızarıncaya fırından alınır. İyince kesik yerlerinden dilimlenir.

İlık olarak servise sunulur.

Not: Bu böreği hazırlamak için ispanak yerine aynı miktarda pazı da kullanılabilir.