



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİN BÖREĞİ

2 yufka
1 pırasa
1 havuç
1 kabak
2 sivri biber
1 çay bardağı mısır
5 dal maydanoz
3 çorba kaşığı soya sosu
3 çorba kaşığı zeytinyağı
1 yumurta
1 çay bardağı galeta unu
Kızartmak için sıvı yağ

Yufkaları büyük üçgen şeklinde kesip bir kenara alın. İçi için sebzeleri uzun ince bir şekilde kesip büyük bir tavada zeytinyağında 10 dakika kadar sote edin. Bu karışımı ocaktan alıp içine mısırı, maydanozu ve baharatları ekleyip soğumaya bırakın. Yufkaların içlerine paylaşırıp 2 parmak eninde sigara böreği gibi sarın. Bu şekilde hazırlanan börekleri önce çırpılmış yumurtaya sonrada galeta ununa bulayıp kızgın yağda kızartın.