



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

CIZLAMA

2 su bardağı süt
2 su bardağı un
2 yumurta
Tuz

Hepsi bir kapta karıştırıp sıvı hale getirin. Fincanla yanmayan tavaya dökülüp alt üst yapıp pişirilir.
İçine kıyma, peynir konulabilir rulo yapılır.
