



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

DİYET KANEPELER

- 2 paket eti form kepekli bisküvi
- 3 orba kaşığı light krem peynir
- 1 adet büyük domates
- 1 orba kaşığı zeytinyağı
- 3-4 adet fesleęen yapraęı
- 5 dilim hindi salam
- 10 adet kapari

Domatesi 10 parçaya dilimleyin. Fesleęen yapraklarını ince ince kıyıp, zeytinyağına atın. İyice karıştırıp, birbirlerinin kokusunu almasını sağlayın. Her krakerin üzerine çok ince şekilde light peynir sürün. İkişer ikişer (her bir kanepede dört adet Eti Form Kepekli bisküviden oluşacak) üst üste koyun. Her ikilinin üstüne yarım dilim hindi salamı, onun üstüne de bir dilim domates koyun. Üzerlerine birer kapari yerleştirip, servis yapın.

