



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DİYET PIZZA

1 tane yumurta
1 kaşık yoğurt
Az miktar sıvı yağ
1 küçük kaşık kabartma tozu
3 kahve fincanı un
Tuz
Üzerine:
Taze sebzeler
Beyaz peynir ya da kaşar peyniri

Tüm malzemeleri karıştırıyoruz ve bu yumuşak hamuru bir tavanın içine yayıyoruz. Hamuru koyduktan sonra tavanın altını açıyoruz ve yavaşça pişiriyoruz. Hamuru yaydıktan sonra isteyen salça ve ardından dilediğiniz sebzeleri koyabilirsiniz.

