



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## GLUTENSİZ MÜCVER

<https://www.colyakankara.org.tr>

3 adet kabak  
5 kalık mısır unu  
Nane  
Kırmızı biber  
Karabiber  
Tuz  
2 yumurta  
1 bağ maydanoz  
Kızarmak için sıvıyağ

Kabaklar rendelenir. Yumurta içine kırılır. Baharatlar ve tuz ilave edilip. Maydanoz ve mısır unu da konup karıştırılır. Tavadaki sıvıyağda kızartılır.