



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇLİ BÖREK

Nedim Atilla

MALZEMELER:

3 adet yufka
200 gram kıyma
1 çorba kaşığı margarin
1 adet kuru soğan
1 su bardağı ince bulgur
1 çay bardağı ceviz içi
1 çay kaşığı pulbiber
Tuz
Karabiber
Kızartmak için:
3 adet yumurta
1 su bardağı mısır unu
Sıvıyağ

HAZIRLANIŞI:

Margarini eritin. İçine ince doğranmış soğan ve kıymayı katıp kavurun. Yıkayıp süzdüğünüz bulguru, iri çekilmiş cevizi, karabiberi, pulbiberi ve tuzu ilave edin. 2 dakika daha kavurduktan sonra altını kapatıp soğumaya bırakın. Yufkaların her birini 6 üçgen parçaya kesin. Geniş kısmına hazırladığınız içten koyun. Börekleri önce çırpılmış yumurtaya, sonra mısır ununa bula-yıp, kızgın sıvıyağda kızartın.