



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KOLAY ÇEREZ

2 adet tortelini ekmeği ya da lavas  
100 gr taze kasar ya da cheddar  
1 kutu konserve meksika fasulyesi  
100 gr tavuk ya da kıyma  
1 kasık salça  
biraz karabiber, tuz, kori

Tavuklu kıymalı ve buharda pisirilip tereyağında sotelenmiş sebzelerle yapılır. Tavukları kusbasi doğrayıp salça kori biber ve tuzla marine edip yağsız tavada kavurun. Üzerine konserve fasulyeyi ilave edip 2-3 dakika daha kavurun. 1 lavasın üzerine malzemeyi koyup üzeri kasaririn yarısını rendeleyin. Sonra diğer lavası üzerine kapatıp sıcak fırında 180c de 15 dak. pisirin. fırından çıkarıp üzerine kalan kasarı dilimleyerek koyup 10 dak, daha fırında tutun. 4 e bölüp servis yapın. Kıymalı yapmak isterseniz kıymayı kavurup salça tuz kori karabiber ve fasulyeyide ilave ederek bir iç hazırlayın ve lavaslarla aynı işlemi yapın. Sebzeli içinde aynı işlem yapılacaktır. Tursu ve domatesle servis yapın.