



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ALT ÜST BÖREK

Elenmiş has unu geniş hamur tahtasına yığınız. Orta yerini çukurlaştırarak içine tuz, az küllü su, adi su ve birkaç yumurta kırınız. Yuğurarak hamur tutunuz. Bu hamuru ikiye bölerek tekrar ayrı ayrı yuğurunuz. Bir parçasını tepside iki parmak geniş açıp üstüne yanmış sadeyağı sürünüz. Etrafından toplayarak tekrar yuvarladıktan sonra yine açıp ve yağ sürüp toplayınız. Bu suretle 7 - 8 kere toplayıp, açıp yağlayınız. Her açılışta 5 - 10 dakika ara veriniz. Sonra yağlanmış tepsinin üzerine yufkayı yayıp istenen içi ya da tas kebablarından birini üstüne serpiniz ya da diziniz. Sonra diğer yufkayı da o biçimde, fakat biraz daha ince olarak açıp üzerine yayınız. Kenarlarından artan yufkaları tepsinin içine düzgünce büküp çepeçevre bir ince halka şekline soktukten sonra bu halkanın üzerine parmak ucuyla basa basa bir tırtık şekline sokunuz ve yufkanın iç olan yerlerine bıçak ucuyla 5-10 yerinden ufak delikler açınız, üstüne yanmış yağ serpiniz ve fırına veriniz. Orada nar gibi kızartınız.

Not: Dikkat edilecek nokta; alta konan yufka bir bıçak sırtından fazla, üste konan yufka ise bir bıçak sırtından az ince olmalıdır. Eğer iç yalnız ispanak ise, yeneceği sırada ortasından üst kapağını açıp en iyi kaymaklı yoğurt döküp yufka ve içi yoğurda bula-yıp sıcak sıcak yemelidir.