



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

1 KG UN

1 tatlı kaşığı tuz
1 çorba kaşığı yaş maya
Yeteri kadar su
4 diş dövülmüş sarımsak
Yarım kg süzme yoğurt
4 çorba kaşığı tereyağı
Pulbiber

Un ve tuzu yoğurma kabına alın.

Mayayı 1 çay bardağı suda açın ve una ilave edin.

Kulak memesi yumuşaklığında bir hamur elde edene kadar ılık su ekleyip, yoğurun.

Hamurun üzerini nemli bir bezle örtün ve yarım saat dinlendirin.

Daha sonra bir fırın tepsisine yayın ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında kabarıp, üzeri kızarana kadar pişirin.

Pişip, ılındıktan sonra ekmeğin kenar kısmı kalacak şekilde üst kısmını kesip, çıkarın.

Çıkardığınız üst kısmı bir kabın içinde ufak parçalara ayırın ve sarımsakla karıştırılmış yoğurdu dökün.

3 çorba kaşığı tereyağını eritip, üzerine ekleyin ve tümünü karıştırıp, ekmeğin içine doldurun.

Kalan 1 çorba kaşığı tereyağını eritip, pul biber serpin ve yoğurdu üzerine gezdirip, servis yapın.

