



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BUĞDAYLI VE MISIRLI KAYGANA

Yarım su bardağı haşlanmış buğday

Yarım su bardağı konserve mısır

1 çay bardağı süt

4 adet yumurta

2 yemek kaşığı un

3 yemek kaşığı sıvı yağ

Tuz

Taze çekilmiş karabiber

Sos için:

1 su bardağı yoğurt

1 tatlı kaşığı kuru nane

1 dal taze nane

2 yemek kaşığı zeytinyağı

1 diş sarımsak

Tuz

İlk önce sosu hazırlayın. Yoğurdu uygun büyüklükte bir kaseye alıp bir çimdik tuzla çırpın. Sarımsağı ezip yoğurda ekleyin. Taze naneyi incecik kıyın. Kuru nane ve zeytinyağı ile birlikte yoğurda ekledikten sonra sosu tekrar karıştırın. Servis esnasında kullanmak üzere bir kenara ayırın.

Yumurtaya un, süt ve tuzu ilave edip iyice karıştırın. İçine haşlanmış buğday, mısır ve taze çekilmiş karabiber ekleyip karıştırın.

İzgarayı bir fırça ile yağlayın. Yumurtalı karışımından küçük bir kepçe ile alarak izgaranın üzerine dökün. Bir yüzü piştikten sonra diğer yüzünü çevirip pişirin.

Pişen kayganaları servis tabağına alıp hazırladığınız yoğurtlu naneli sos eşliğinde servis edin.

