



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DİYET KURABIYE

<https://www.elele.com.tr>

1.5 bardağı yulaf kepeği (Un haline getirilecek)

1 kahve fincanı zeytinyağı

1 yemek kaşığı yoğurt

1 tutam kaya tuzu

1 çay kaşığı karbonat

1 çay kaşığı limon suyu

Üzeri için:

Çörekotu ve haşhaş tohumu karışımı

Yumurtanın sarısı

Hamur için tüm malzemeyi yoğurma kabına alın. Pürüzsüz bir kıvam elde edinceye kadar yoğurun. Hamurdan, cevizden biraz daha büyük parçalar alarak avucunuzda yuvarlayıp elinizle hafifçe bastırın. Hamurların üzerine önce yumurta sarısı sürün, sonra da çörekotu ile haşhaş tohumu karışımından serpin. 190 derece fırında 12-15 dakika pişirip, ılık servis yapın.

