



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DİYET KURABIYE

2 su bardağı kepekli un
Yarım su bardağı buğday unu
1 adet yumurta
Yarım su bardağı süt
1 çorba kaşığı sıvıyağ
4 adet suni tatlandırıcı
1 çorba kaşığı tarçın

Kepekli unu, buğday ununu, yumurtayı, sütü, sıvıyağı, eritilmiş tatlandırıcıyı karıştırıp, malzeme özleşene dek iyice yoğurun. Hazırladığınız kurabiye hamurunu yağlı kağıt arasında yarım santim kalınlığında açın. Kenarları şekilli kalıplarla yuvarlaklar kesin. Yağlı kağıt serili fırın tepsisine hamurları dizin. 180 derece fırında, 25 dakika pişirin. Fırından çıkınca üzerine tarçın serpin.