



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ EKMEK (KASTAMONU)

1 kilogram orta yağlı dana kıyması
2 kilogram un
2 adet kuru soğan
Yarım demet maydanoz
1 adet yumurta
Karabiber
Kimyon
Tuz
1 çay bardağı sıvı yağ

Soğanı incecik doğrayın.

Kıyma, soğan, yumurta, maydanoz, baharatlar ve az miktarda suyu güzelce harmanlayıp bir harç haline getirin.

Unu sadece su ve tuz ile yoğurup hamur haline getirin.

Hamurdan bezeler koparıp 30 santimetre çapında ve 2-3 milimetre kalınlığında açın.

Hamurun yarısına kıymalı harçtan sürüp D harfi şeklinde kapatın.

Etlı ekmekleri sacın üzerinde her iki tarafı da kızarana kadar pişirin.

Yanında üryani hoşafı, pestil ezmesi, erik ekşisi ve ayran gibi içeceklerle servis edebilirsiniz.

Not: Dilerseniz iç harcında patates, mantar gibi malzemeler de kullanabilirsiniz.

