



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA DİYET MAKARNA

250 gram kepekli makarna
Bir buçuk su bardağı diyet süt
100 gram diyet kaşar peyniri
4 adet yumurta
1 tutam tuz

Kepekli makarnaları haşlayın. Sonrasında süzgece koyup suyunu süzdürün. Bir kaptaki yumurtaları süt ve tuzla çırpın. Kaşar peynirini rendeleyip, yumurtalı süte karıştırmak. Bu karışımın yarısını makarnalarla harmanlayın. Makarnayı fırın kabına boşaltın. Ayrılan sütlü karışımı makarnanın en üstüne gezdirmen. 200 derece fırında 15-20 dakika pişirin.

