



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## FIRINDA MÜCVER

Emine Girgin

- 4 Adet Kabak
- 1 Adet Havuç
- 1/2 Demet Maydanoz
- 1/2 Demet Dereotu
- 1.5 Çay Bardağı Un
- 1 Çay Bardağı Zeytinyağı
- 1 Çay Bardağı Rendelenmiş Kaşar Peyniri
- 2 Adet Yumurta
- 1 Paket Kabartma Tozu
- 3 Çay Kaşığı Tuz
- 2 Çay Kaşığı Karabiber
- 2 Çay Kaşığı Kırmızı Pul Biber

Kabakları soyup rendeleyelim, suyunu sıkalım (hamurun sulanmasını önlemek için). Havucu da rendeleyelim. Maydanoz ve dereotunu ince ince doğrayalım. Bir çırpma kabında yumurtaları çırpalım. Zeytinyağını ve unu ekleyip biraz daha çırpalım. Ardından rendelenmiş kabağı, havucu, ince doğranmış maydanoz ve dereotunu, tuzu, karabiberi, kırmızı pul biberi, kaşar peynirini de katıp karıştıralım. Kabartma tozunu da ekleyip karıştırdıktan sonra yağlanmış bir tepsiye karışımı dökelim. 200 derece ısıtılmış fırında pişirelim.

---