



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## FUKARA TİRİDİ

1 adet bayat kepekli ekmek  
5 su bardağı ayran  
5 diş sarımsak  
1 çorba kaşığı tereyağı  
1 tatlı kaşığı tuz

Ayranın içine ezilmiş sarımsak konur. Tencereye aktarılır, tuz eklemeyen bir taşım pişirilir. Ateşten alınca tuz ilave edilir. Ekmek ufak parçalara ayrılır. Küçük bir tepsiye yayılır. Üzerine ılık ayran dökülür ve kızdırılmış tereyağı gezdirilir.

---