



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GLUTENSİZ KİŞ

Çölyakla Yaşam Dergisi

Hamuru için:

50 gr eritilmiş margarin

50 ml sıvı yağ

50 gr yoğurt

1 adet orta boy haşlanmış patates

7 gr kabartma tozu (dr outker)

1 tutam tuz

150 gr mısır unu

İç Malzeme:

300 gr mantar

2 yumurta

Az tuz

100 gr tikveşli krema

Az doğranmış maydanoz

100 gr kaşar peyniri (rende)

Patatesi rende ve hamur için tüm malzemeleri karıştır. Mantarı doğrayın ve soteleyin. Sotelenmiş mantarı ocaktan alın, soğumaya bırakın. Diğer iç malzemeleri ile karıştırın. Kiş hamurunu yuvarlak bir turta kalıbına açarak yerleştirin ve iç harçtan ekleyin. 180 derece fırında 30 dk pişirin.

