



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GLUTENSİZ MÜCVER

<https://www.colyakankara.org.tr>

3 adet kabak
5 kalık mısır unu
Nane
Kırmızı biber
Karabiber
Tuz
2 yumurta
1 bağ maydanoz
Kızarmak için sıvıyağ

Kabaklar rendelenir. Yumurta içine kırılır. Baharatlar ve tuz ilave edilip. Maydanoz ve mısır unu da konup karıştırılır. Tavadaki sıvıyağda kızartılır.