



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## İÇLİ BÖREK

<https://www.sabah.com.tr>

1 adet yufka  
1 su bardağı sıcak su  
1 çorba kaşığı tereyağı  
İçi için:  
100 gram kıyma  
2 çorba kaşığı sıvı yağ  
1 adet küçük boy soğan  
2 çorba kaşığı ince bulgur  
3 çorba kaşığı çekilmiş ceviz  
Tuz  
Karabiber  
Kızartmak için:  
Sıvı yağ

İç malzeme için, sıvı yağı bir tavaya alıp yemeklik doğranmış soğanı rengi dönene dek kavurun. Üzerine kıymayı ilave edin ve birlikte soteleyin. Bulguru katıp, tavanın kapağını kapatın ve kısık ateşte bulgur yumuşayana dek bekletin. Ocaktan alıp, ceviz, tuz ve karabiber ekleyip, karıştırın. 1 su bardağı sıcak suyun içine tereyağını katıp, eritin. Düz bir zemine serdiğiniz yufkanın üzerine bu karışımdan sürün. Yufkayı önce + şeklinde dörde bölün. Daha sonra her parçayı bir kez daha bölerek 8 parça elde edin. Her parçanın geniş kısmına biraz kıymalı harç koyup, sigara böreği sarar gibi sarın. Kızgın yağda kızartıp servis yapın.

