



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

KAHVALTILIK EZME

2 arba kaşığı acı ya da tatlı biber salçası
1 kalın dilim beyaz peynir
1 orba kaşığı yoğurt
Biraz zeytinyağı
Biraz kırılmış ceviz
Bol nane
İsteğe göre pul biber

Tüm malzemeleri karıştırın ve minik sanvi ekmeklerini dörde bölerek parçaların üzerine sürün.