



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIYMALI HELEZON ÇÖREK

1 paket yaş maya
2 adet yumurta
1 su bardağı su
Yarım su bardağı süt
Yarım su bardağı ayçiçek yağı
1 tatlı kaşığı şeker
1 tatlı kaşığı tuz
450 gr un
İçi için:
300 gr kıyma
1 adet kuru soğan
1 ay kaşığı karabiber
1 ay kaşığı tuz
1 ay kaşığı toz biber

Un, maya, şeker karıştırılır. Ilık süt ve su ilave edilir. Biraz karıştırdıktan sonra sıvıyağ ve tuz eklenir. Hamurun üzeri kapatılır, 1 saat bekletilir. Bu arada soğan çok ince kıyılır, tuz eklenir, ovulur. Üzerine kıyma, karabiber ve toz biber ilave edilir, karıştırılır. Sonra merdaneyle kare ya da dikdörtgen olarak tepsi büyüklüğünde açılır. Yüzeyine kıymalı harç yayılır. Çok sıkı olmayan bir rulo yapılır. Rulo 1 parmak eninde kesilir. Yağlı kağıtlı serilmiş tepsiye dizilir. 190 derece fırında 20-25 dakika pişirilir.