



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIYMALI LORLU KARNIYARIK BÖREK

4 adet yufka
400 gram kıyma
1 demet taze soğan
100 gram lor peyniri
1 çay bardağı süt
3 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çay bardağı su
Sivri biber, domates

Taze soğanları temizleyip ince ince kıyın. Üzerine yumurtanın akını da ekleyip harmanlayın. Peyniri ve baharatları ekleyip kıymayı da çiğden içine ilave, iç malzemeyi hazırlayın. İsteyen kıyma yerine haşlanmış patatesi de ekleyip ezin. Su, süt ve yağı bir kapta çırpın. Yufkayı yayın ve üzerine sulu karışımdan serpip ıslatın. İkinci yufkayı da üzerine yerleştirin. İç malzemeyi bir şerit gibi uzatıp hamuru rulo şeklinde sarın. Ortasından bir çizik atıp açtığınız yere de sivri biber ve domates dilimleri yerleştirip tepsiye dizin 200 derecedeki fırında 30 dakika pişirip sıcak olarak ikram edin. Yağ oranı çok az olduğu için diyet yapanlar için uygun bir börektir.

