



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KOLAY DİYET BÖREĞİ

2 adet yufka
1 demet taze soğan
1 soğan
100 gram lor peyniri
1 yumurta
1 çay bardağı süt
3 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çay bardağı su
Susam

Soğanları temizleyip ince ince kıyın. Elinizle soğanları biraz ovalayıp suyunu sıkın. Üzerine peyniri ve baharatları ekleyip iç malzemeyi hazırlayın. İsteyen haşlanmış patatesi de ilave edebilir. Yufkayı tavaya yayın ve üzerine soğanlı peynirli harçtan bolca koyun. İkinci yufkayı da üzerine yerleştirin. Yufkaları üst üste tavanın içine yerleştirip bastırın. Ocak üzerinde iki yüzünü de güzelce pişirin.