



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KOLAY SANDVIÇ EKMEĐİ

1 ekmeklik hamur

1 margarin

İsteĐe göre peynir veya kařar

Fırından bir ekmeklik hamur alın. Yarım margarinle bir güzel yoğurun. Buzdolabına atın ve bir saat bekletin. ıktıktan sonra elinizle aın. Arasına istediğiniz malzemeleri ekleyin pişirin. Sade yapıp pişirdikten sonra da malzemeleri koyabilirsiniz. Tercih size kalmış. Susamla da süsleyebilirsiniz.

