



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## LONG

1 kilo tatlı lor  
Yarım kilo biber  
2 su bardağı süt  
Tuz

Önce biberlerin çekirdeğini çıkartarak ince ince kıyın daha sonra lorun tamamını mutfak robotuna koyun içine 1 su bardağı sütü ve bi miktar tuzu koyarak iyice iyice karıştırın lorla süt kaymak kıvamına gelince koyuluğuna bakarak kalan 1 su bardağı sütü ilave edebilirsiniz hazırladığınız karışımı bir kaba boşaltıp içine hazırladığınız biberleri döküp karıştırın long'unuz oldu bir cam kavanoza koyup özellikle yazın buzdolabına koyun. Acı sevenler acı biberlede yapabilirler.