



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MAYALI KIZARTMA

1 su bardağı süt
30 gr yaş hamur mayası
Aldığı kadar un
1 su bardağı su
1 tatlı kaşığı şeker
1 tatlı kaşığı tuz
Kızartmak için sıvıyağ
İçi için:
250 gr kıyma
Yarım demet maydanoz
2 soğan
Tuz
Karabiber

- 1- Bir kaba ılık sütte erimiş maya, şeker, tuz ve su konup karıştırılır. 1 su bardağı un ilave edilip iyice çırpılır. Cıvık bir haldeyken mayalandırmaya bırakılır.
- 2- Hamur kabarcık un ilave edilip özlendire-lerek yoğrulur (Kıvamı elle şekil verebilecek gibi olmalıdır). Üzeri örtülüp tekrar mayalanmaya bırakılır.
- 3- Kabarcık yumurta büyüklüğünde parçalara ayrılıp, hazırlanan kıymalı içten konup kapatılır.
- 4- Kızgın yağda kızartılıp, servis tabağına alınır.