



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MAYDANOZLU PANE

2 orba kaşığı galeta unu
2 diř sarımsak
1/2 demet maydanoz
2 yemek kaşığı kıyma
1 tatlı kaşığı tuz
1/2 tatlı kaşığı karabiber

Galeta unu, sarımsak, maydanoz, kıyma, tuz ve karabiberi robottan geçirin. ay tabağı büyüklüğünde ince ve yassı şekilde köfteler yapın. Önce una sonra yumurtaya bulayıp kızgın yağda kızartın.