



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

METEZ

Patates
Soğan
Salça
Baharat
hamuru:
Un
Su
Yumurta
Tuz

Un yumurta su tuzdan hamur yapıp açılır patates haşlanır soğan ve salçayla kavrulur baharat eklenir bardakla kesilen hamurların içine koyup kapatılır tuzlu suda haşlanır üzerine biberli yağ dökülür.