



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MİNGRELİAN SULUGUNİ (GÜRCİSTAN)

<https://culdia.com>

Taze tuzsuz peyiniri (yapıldıktan 3-4 saat sonra) ince dilimler halinde kesiyoruz, kaynatılmış suya atıp iyice karıştırıyoruz. Sonra çıkarıyoruz, yuvarlak şekli verip tuzlu kapa koyuyoruz. Üstüne de tuz ekliyoruz.

