



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## MUCVER FIRINDA

4 kabak  
2 havuc  
5 taze soğan  
2 yumurta  
1 kasik beyaz peynir ya da cokelek  
5 kasik un  
maydanoz  
kabartma tozu  
tuz  
karabiber.

Malzemeyi karistirip yaglanmis tepsiye dokerek 180 derece firinda 40 dk pisirin.