



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ODUNCU BÖREĞİ

Malzemeler:

10 adet mantar
1 adet havuç
5 adet taze soğan
1/3 paket soya filizi
3 çorba kaşığı soya sosu
3 adet yufka
1 su bardağı soya yağı
Yarım su bardağı su
1 adet yumurta
Yarım su bardağı galeta unu

Yapılışı:

Havucu kazıyıp, yıkadıktan sonra rendeleyin. Diğer sebzeleri küçük küçük doğrayın. Teflon tavaya soya yağının yarısını koyun. Sebzeleri 3 çorba kaşığı soya yağında kavurun. 3 çorba kaşığı soya sosunu ilave edin. Tencereyi ocaktan alın. Küçük bir kasede soya yağının kalanını, yarım su bardağı su ve 1 adet yumurta sarısını çırpın. Yufkaları üçgen biçiminde kesin. Yumurtalı harcı kestiğiniz üçgenlerin içine iyice yayın. Kesilen yufkanın geniş tarafına sebzeli harcı koyun. Sigara böreği gibi sarın. Böreği önce çırpılmış yumurta akına, sonra galeta ununa bulayın. Önceden ısıtılmış 180 dereceli fırında kızarana dek pişirin. Sıcak olarak servis yapın.
