



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PEREMEÇ

1 su bardağı kefir
2/5 su bardağı un
Yarım çay kaşığı maya
3 yemek kaşığı sıvı yağ
İç için:
40 gram az yağlı dana kıyma
1 adet orta boy soğan
Yarım demet maydanoz
İsteğini kadar karabiber pul, biber ve tuz
Sos için:
1 adet orta boy domates
Yarım kesilmiş kuru soğan
1 diş sarımsak
Kalan diğer maydanoz

Derin bir kaseenin içine sıvı yap ve mayayı ekleyip karıştırın. Daha sonra un ve kefir de ekleyip karıştırmaya devam ediniz. İstediğiniz ölçüde tuz ekleyin. Hamur kıvamına gelince üzerini temiz bir örtüyle kapatıp 30 dakika mayalanmasını bekleyin.

İç harcı kısmında pişmiş börek içi gibi hazırlayın. Karışımı soğumaya bırakın.

İç karışım soğurken üzerine yapacağınız sosu hazırlamaya geçin.

Domatesi, soğanı, maydanozu ve sarımsağı ince kıyım yapın. Tüm malzemeleri bir tavada pişirin.

Sonra mayalanmış hamuru pişi hamurundaki gibi parçalara ayırın.

Merdane yardımıyla açınız.

İçerisine soğumuş iç malzemeden az miktarda koyun.

Etrafından üste doğru hamuru katlayıp şekillendirin.

Tüm hepsi tamamlandıktan sonra derim bir tavaya bolca sıvı yağ ekleyin.

Peremeç'in dağılmaması için önce kıymalı tarafı kızgın yağa atın.

Hafifi pembeleşince çevirin.

Kızaran hamurları yağ çeken kağıdın üzerine koyun.

Sonra bir tabağa alıp sosu üzerine dökün servise hazır.



