



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PEYNİR SUFLE

4 yumurta
70 gram un
1/4 litre (1 bardak) süt
60 gram tereyağı
Mercimek yahut nohut iriliğinde doğranmış 75 gram Hollanda peyniri
Tuz

Yağ bir kuşaneye konur ve orta ısı bir ateşte eritilir. Üzerine azar azar serpilerek un, tahta bir kaşıkla karıştırılarak yağa yedirilir.

Yağlı un iki dakika kadar kavrulduktan sonra karıştırmaya ara vermeksizin tuzlu sıcak süt sicim gibi ince dökülerek yağlı una yedirilir. Karışım iki dakika kadar hafif ateşte kaynatıldıktan sonra kuşane ateşten indirilir ve içindekiler soğuk denecek kadar ılıyınca kadar bir kenarda bekletilir.

Yumurtaların sarılarıyla beyazları ayrılır. Yumurtaların sarıları hafifçe çırpılır. Sonra bu, bir telle çırpılmakta olan ve soğuk denecek kadar ılımış olan yağlı un-süt karışımına azar azar katılarak yedirilir. Karıştırmaya ara vermeden bu karışıma peynir parçacıkları da azar azar dökülür. Peynirlerin katılması bitince bu sefer bir başka kapta çırpılarak kar köpüğü hâline getirilmiş olan yumurta aklarının kaşık kaşık bu karışıma dökülmesine ve yavaş yavaş karıştırılarak bunun da bu karışıma yedirilmesine başlanır. Bu işe başlamadan önce 7 santim çapında ve 4 santim derinliğinde dört küçük güveç ya da ateşe dayanıklı dört cam kâse alınır. İçleri yağa bulanır ve bir kenarda bekletilir.

Harcın karıştırılması tamamlanınca bu, eşit ölçüde dört güvece bölünür. Sonra bu kâseler, içinde 1-2 santim yüksekliğinde su bulunan bir tepsiye yerleştirilir ve olduğu gibi kızgın bir fırına sokulur. Sufleler iyice kabarınca kadar yani 10 - 15 dakika kadar pişirilir. Fırından çıkarılır çıkarılmaz hemen güveçleriyle servis yapılır.