



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## PEYNİR SUFLESİ

2 adet yumurta  
Yarım kg light süt  
1 orba kaşığı zeytinyağı  
1 adet yufka  
1 su bardađı rendelenmiř light beyaz peynir  
Yarım su bardağı rendelenmiş light kaşar peyniri

Yumurta ve light sütü iyice çırparak bir sos hazırlayın.  
4 adet suşe kalıbının iini zeytinyağı ile yağlayın.  
Hazırladığınız sosun yarısını kalıplara blştrn.  
Üzerlerine elinizle didiklediğiniz yufkanın yarısını, onun üstüne de rendelenmiş light beyaz peyniri paylaştırın.  
Geri kalan yufkayı ve sosu hepsine pay edin.  
En üste de rendelenmiř light kařar peynirini blřtrdkten sonra buzdolabında 1 saat dinlendirin.  
Önceden ısıtılmış 180 derece fırında üstü kızarana kadar pişirin.  
Sıcak olarak servis yapın.

