



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## PEYNİRLİ GÖZLEME

1 su bardağı yoğurt  
3 su bardağı un  
1 çay kaşığı tuz  
Yarım çay bardağı sıvı yağ  
Ya da 3 adet yufka  
Az miktarda su  
1 demet maydanoz  
1 adet soğan  
150 gram beyaz peynir

Yoğurma kabının içine yoğurt ve sıvı yağı döküp karıştırın. Üzerine un, tuz ve az miktarda suyu ekleyip yumuşak bir hamur oluncaya kadar yoğurun. Dinlendirip açın. İsterseniz hazır yufkayla da yapabilirsiniz. İçine irice doğranmış yıkanmış maydanozları, rendelenmiş soğanlar ve peynirlerle karıştırın. Biraz sıvı yağla yufkanın içine yerleştirin. Yufkaları katlayıp yağsız tavada pişirin. İki yüzü de kızarıncaya servis tabağına alıp ikram edin.