



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## PUF BÖREĞİ

"Kitabüt Tabbahin" 13. yy. el yazması yemek kitabı  
Günümüze Uyarlayan: Osman Güldemir

Yumurta 1 orta boy 50 gr.  
Un 2 su bardağı 220 gr. (Elenmiş)  
Tereyağı 2,5 yemek kaşığı 25 gr. (Eritilmiş)  
Tuz 1 tatlı kaşığı 6 gr.  
Su ¼ su bardağı 50 ml  
Dereotu ½ demet 20 gr.  
Peynir 0,8 su bardağı 80 gr. (Rendelenmiş)  
Sıvıyağ 5 su bardağı 1 lt (Kızartmalık)

Hamur tahtasında, unun ortası açılır ve yumurta, tereyağı, tuz, su koyularak katıca yoğrulur. Oklava ile açılır. Yufkanın köşelerine topak topak peynir-dereotu karışımı koyulur. Üzerine yufka katlanıp, kapak ile yarım ay şeklinde kesilir. Kızgın sıvıyağa bırakılarak, hızlı bir şekilde çevrilir, bu şekilde kabarması sağlanır. Delikli kevgir ile alınır, yağ süzülünce tabağa koyularak sıcakken tüketilir. Meşhur börektir.

Not: Orijinal metinde tarif yumurtasızdır fakat sonunda yumurta koyulursa daha iyi olacağı belirtilmektedir. Orijinal metinde tereyağı ile kızartılması gerektiği yazmaktadır. Uygulamalar sonrası tereyağının istendik bir gevreklik verdiği ancak yemeğin bu şekilde yüksek miktarda katı yağ içermesi ve bu yağın yüksek ısıya maruz bırakılarak oksitlenmesi sağlıklı değildir. Bu yüzden derin yağda kızartmalarda, oksitlenme derecesi yüksek olan sıvıyağlar daha uygundur.

