



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SADE KAYGANA

Sofra ihtiyacı nisbetinde yumurtaları bir kâseye kırmalı. Tahta kaşıkla çalkayıp tavada kızgın tereyağına dökmeli ve tavayı sallayarak iki tarafını kızartmalıdır. Yağını süzerek tabağa almalı ve sıcak iken yemelidir.
