



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SAĞLIKLI BAKLA PANE

Yarım kg taze bakla
2 adet yumurta
1 su bardağı galeta unu
1 tatlı kaşığı tuz
Yarım tatlı kaşığı kırmızı biber
Sıvıyağ

Baklaların uçları ve kenarları alınır. Bölmeden yarım olarak haşlanır. Soğuduktan sonra önce çırpılmış yumurtaya batırılır sonra galeta ununa bulanır. Yanmaz kağıt serilmiş tepsiye dizilir. Üzerlerine az miktarda sıvıyağ sürülür. 190 derece fırında kızarana kadar pişirilir.
