



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞAHANE SİMİT

<https://www.elele.com.tr>

15 g organik maş fasulyesi filizi
1/2 simit1 tatlı kaşığı salça
1 orba kaşığı lor keçi peyniri
Zeytinyağı
1 ay kaşığı haşhaş tohumu
6-7 yaprak körpe ıspanak
1/2 domates

Yarım simidi ortadan ikiye bölün. Tost makinesinde biraz kızartın. Simitlerin içine salçayı sürün. Ayrıbir kapta lor keçi peyniri iistediğiniz başka bir peynir de koyabilirsiniz- ile biraz zeytinyağı ve haşhaş tohumunu karıştırıp salçanın üzerine ilave edin. Peynirin zerine sırasıyla körpe ıspanak, ince dilimlenmiş domates ekleyin. En üste de organik maş fasulyesi filizi koyun. Dilerseniz organik mercimek filizi ya da buğday filizi de kullanabilirsiniz. Son olarak da simidin diğer yarısını üzerine kapatarak servise hazır hale getirin.

