



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ HAMUR HALKALARI

1 ay bardađı Bezelye
1 orba Kaşığı örekotu
1 Adet Kırmızı Biber
2.5 (5/2) Su bardađı Un
Yarım Paket Yaş Maya
1 ay bardađı Yođurt
1 Adet Yumurta
Tuz
Kızartmak için:
Sıvı Yađ

Karıştırma kabına unu ve tuzu koyuyoruz. Ortasını havuz şeklinde açıyoruz. Mayayı, yoğurdu ve yumurtayı ilave edip ortasından yoğurmaya başlıyoruz. Su ilavesi yaparak kulak memesi kıvamında hamur yapıyoruz. İnce ince doğradığımız kırmızı biberi, çörek otunu ve bezelyeyi hamura ilave edip yoğuruyoruz. Hamuru mayalanması için dinlendiriyoruz. Hamurları minik bezelere ayırıyoruz. Halka olacak şekilde yuvarlayıp unluyoruz. Tencereye sıvıyağını alıp hamurlarımızı kızartıyoruz.

