



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ VE PASTIRMALI KİŞ

Malzeme:

300 gram Bizim Mutfak Un

80 gram Teremyağ

9 çorba kaşığı soğuk su

1 çorba kaşığı yoğurt

1 tatlı kaşığı Tuz

Sosu İçin :

1 adet yumurta

2 çay bardağı süt

100 gram labne peyniri

İç Malzeme için :

5 dilim pastırma

100 gram brokoli

50 gram karnabahar

1 adet havuç

Hamur için elenmiş un, tuz ve soğuk Teremyağı hamur yoğurma kabında parmak uçlarınızla ufalayın. Soğuk suyu ekleyin. Pürüzsüz bir kıvam elde edinceye kadar yoğurun. Elde ettiğiniz hamuru streç folyoya sarın ve buzdolabında yarım saat dinlendirin. İç malzeme için kaynar suda önce doğranmış havucu, sonra da karnabahar ile brokoliyi diri kıvamda haşlayın. Süzüp şerit halinde doğranmış pastırmaları ilave edin. Karıştırıp bir kenarda bekletin. Sos için yumurta, süt ve labne peyniri çırpın. Dinlenmiş hamuru un serpilmiş tezgahın üzerinde açın. Yuvarlak kelepçeli bir kalıba elinizle bastırarak kenarlarından yukarı doğru çıkacak şekilde yayın. Kiş hamurunu önceden ısıtılmış 170 dereceye ayarlı fırında 10 dakika pişirip fırından alın ve önce iç malzemeyi yayın, sonra hazırladığınız yumurtalı sosu dökün. Sıcak fırında kiş hamuru kızarana dek pişirmeye devam edin. Fırından alın. Ilınınca dilimleyip servis yapın.