



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

SIHHATLİ TOST

12 dilim tost ekmeęi
6 dilim kaşar peyniri
24 dilim sucuk
1 orba kaşığı tereyağı

Ekmek dilimlerinin bir yüzüne tereyağı sürölür. 6 tanesi yağlı kağıt serilmiş fırın tepsisine dizilir. Birer dilim kaşar ve dörder dilim sucuk bırakılır. Ekmek dilimlerinin tereyağlı kısmı ie gelecek şekilde üzerlerine kapatılır. 190 derece fırında pembe renkte pişirilir.