



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞAN SARIMSAK VE DOMATESLİ KRAKER

<https://naturelkaseyirdefteri.com>

50 gr kinoa unu
1 yemek kaşığı domates tozu
1 tatlı kaşığı soğan tozu
½ tatlı kaşığı sarımsak tozu
2 tatlı kaşığı peynir
2 tatlı kaşığı zeytinyağı
Tuz
Susam

Malzemeleri yoğurup rahat açabilmek için streç filme serip inceltin.
Bıçakla dilimleyin 150 derecede pişirin.
1-2 saat soğumaya bırakın.

