



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞUK SANDVIÇ

500 gram kaşar peynir
200 gram beyaz peynir
5 paket salam
Mayonez
Hardal
Baharatlar

Besleyici doyurucu sandviçlerin uzun süre dayanması için içeriğinde erkenden bozulacak malzemeler konulmaması lazım. Marul, domates, salatalık hızla sandviçleri bozar. Bu yüzden ekmek arasına salam beyaz peynir ve kaşar peynir koyunuz. Paketlerin içinde mayonez ve hardal alın. Ardından ekmeği streçlerken paketleri de içine açılmamış olarak koyun. Bu sandviçler gün boyu tüketilebilir.

