



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## SU BÖREĞİ (KARAMAN)

Fatma Ünlüküş

Elenmiş un, yumurta, yoğurt ve tuz iyice yoğrulur ve sert bir hamur elde edilir, üzeri örtülü dinlendirilir. On bezeye ayrılır, yufka gibi açılır.

Birisi yağlanan tepsiye dışarıya sarkacak şekilde yerleştirilir.

Bir yufkada üzerini kapamak için kenara bütün ayrılır.

Geri kalanı dörder parçaya kesilir ve kaynar tuzlu su içerisinde haşlanıp, soğuk suya çıkarılır, süzülür.

Tepsiye büzerek yayılır. Her kata erimiş sadeyağ gezdirilir.

Hamurun yarısı yerleşince kavrulmuş kıyma, kıyılmış maydanoz, karabiber ve tuz ile hazırlanan harç yayılır.

Üzeri de aynı usul kapatılır.

En üstüne gelince tepsi kenarına sarkan yufka üzerine katlanır, ayrılan bütün yufka üzerine kapatılır ve kenarları altına katlanır.

Üzeri sade yağla yağlanır.

Önceden ısıtılmış 175 °C fırında iyice kızartılır.

Arzu edilirse ocak üzerinde alt üst edilerek de pişirilebilir.