



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TAM KAHVALTI

<https://www.elele.com.tr>

½ adet açma  
1 adet küçük havuç  
1 parça tatlı turp  
Dereotu  
1 adet yumurta  
Beyaz peynir  
Zeytinyağı

Açmayı enine ikiye kesin, üzerinde azıcık zeytinyağı gezdirin. Rendelenmiş sebzeleri ve peyniri de üzerine yerleştirin. Yumurtayı biraz zeytinyağında pişirin, en üste koyun.

