



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TOSUNUM BÖREĞİ

1 su bardağı su
1 su bardağı sıvıyağ
1/2 limon suyu
Aldığı kadar un
Tuz

İçi için:

1/2 su bardağı haşlanmış yeşil mercimek
1/2 su bardağı çekilmiş haşhaş

Su, sıvıyağ, limon suyu ve tuzu bir kapta karıştırın. Yumuşak bir hamur elde edene kadar un ekleyip yoğurun.

Hamuru ılık bir ortamda 1 saat dinlendirin

Hamuru her 20 dakikada bir olmak üzere 3 kez yoğurun. Hamuru yarım cm kalınlığında açın. Üzerine haşhaş sürüp 4 x 4 cm 'lik kareler kesin.

Karelerin üzerine haşlanmış mercimeği paylaştırıp rulo şeklinde sarın.

Yağlanmış fırın tepsisine dizip önceden ısıtılmış 180 dereceye ayarlı fırında üzerleri kızarana kadar pişirin. Sıcak veya ılık olarak servis yapın.

