



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## TUTMAŞ (ISPARTA)

Yumurta, su, un ve tuz ile hamur hazırlanır.

Yufka şeklinde hamur açılır, çok ince tel şehriye tarzında kesilip kurutulur, yağ ve salça ile orbası yapılır.