



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÜÇ PUŞMAK (KIRGIZİSTAN)

İç Malzemesi:

500 gram koyun eti (kemiksiz ve küçük doğranmış)
10 adet patates
1 kaşık margarin
2 adet soğan
Tuz, biber

İçinin Yapılışı:

Etleri soğanla beraber kavurun. Tuzunu da koyup bir kenarda bırakın.

Hamur Malzemeleri:

1 kilo un
500 gram süt
1 kaşık şeker
100 gram margarin
2 adet yumurta
20 gram maya

Hepsini karıştırıp mayalanmaya bırakın ve hamurları ince yufka halinde açın. Hazırlanan etleri serip ikiye katlayın. Üç köşe yapın. Kenarlarını da süslü şekilde kapatın ve ortasına et suyu dökün ve tekrar fırına sürün. Kızarıncaya çıkarıp tereyağı ile yağlayın ve sıcak servis yapın.