



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YULAF LI POĐAĐA

- 1 su bardağı yulaf lı un
- 4 su bardađı yulaf ezmesi
- 100 gram sana klasik
- 1 su bardađı yođurt
- 2 adet yumurta
- 1 tatlı kağığı kabartma tozu
- 1 tutam tuz
- 6 dal dereotu
- 1 su bardağı diyet ufalanmış peynir

Bir kaba yumurtaları kırıyoruz. sana yağı, kabartma tozu, tuz ve yoğurdu ilave edip iyice karıştırdıktan sonra yulaf ezmesi ve kepekli unu da ilave ediyoruz Hamurumuzu yumurta büyüklüğünde parĐalara bölüp, önceden karıştırdığımız peynir ve dereotunu hamurumuzun iğine ekliyoruz. Hamurumuzu kapatıyoruz. Önceden hazırladığımız 160 derece ısıttığımız yağlı tepside, 30 dakika kadar pişiriyoruz.