



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler  Mutluluklar Diler

BOŞ   REK



- 1 Su bardağı yoğurt
- 1 Su bardağı rende beyaz peynir
- 1,5 çay bardağı zeytinyağı
- 5 – 6 Dal maydanoz
- 5 – 6 Dal dereotu
- 1 Adet yumurta
- 1 Adet yumurta beyazı
- 1 Tatlı kaşığı kabartma tozu
- 1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber
- Yarım tatlı kaşığı tuz
- Alabildiğı kadar un
-  zeri   in;
- 1 Adet yumurta sarısı
- 1  orba kaşığı susam

Yoğurma kabına yoğurt, zeytinyağı, bir adet yumurta, bir adet yumurta beyazı, rende peynir konur,  ırpıcı yada çatalla iyice çırpılır.

  ine ince kıyılmış maydanoz, dereotu, tuz, kırmızı pul biber, unla karıştırılmış kabartma tozu katılır.

 zerine azar azar un eklenerek ele yapışmayan yumuşak bir hamur elde edilir. Kapalı olarak 20 dakika dinlendirilir.

Süre sonunda hamurdan yumurta büyüklüğünde parçalar alınır ve yuvarlanır. Hamur parmak uçlarıyla çay tabağından biraz büyük a ılır, önce poğ  a gibi katlanır, sonra tam ortadan kesilir.

  rekler yağlanmış tepsiye az aralıklarla dizilir, üzerine yumurta sarısı sürülür, susam serpilir.

Tepsi önceden ısıtılmış 190 derece fırına verilir, kızarana kadar pişirilir. Sıcak yada ılık olarak ikram edilir.

Not: Boş   re e katılan peynirin az yağlı olması tavsiye edilir.