



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

## MURTAĐA



1 su bardaĐı un  
2 orba kaşığı tereyağı  
2 adet yumurta  
1 ay kaşığı tuz

- # Orta ateŐe yerleŐtirilmiŐ tavaya tereyağı bırakılır. EriĐince elenmiŐ un ilave edilir.
- # Sürekli karıŐtırarak açık hakve rengini alana kadar kavrulur.
- # AteŐ kapatılır, tuz eklenir, yumurtalar kırılır.
- # KarıŐımın sıcaklığıyla yumurtalar fazla paralanmayacak Őekilde karıŐtırılır.
- # Arzuya göre üzerine bal gezdirilerek servise sunulur.

Not: MurtaĐa, doĐu illerine özellikle de Van'da sevilen bir kahvaltı yemeĐidir.