



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## BILDIRCIN BAĞCI KIZARTMASI

Bıldırcını temizleyip, bir kaşık tereyağıyla, bir bardak su, tuz, biber, bir yaprak defne ile tencereye koyunuz, orta ateşte kızartınız, sahana alınız. Suyunu süzünüz, yağı aldıktan sonra bir kaşık Esmer Meyane karıştırınız, kıvama gelince bıldırcınların üzerine dökünüz.

---