



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BILDIRCIN TAVASI

Bıldırcınları temizleyip, tuz, ve biberleyiniz, 5-6 saat böyle bırakınız. Sonra galeta tozuna bulayınız. Tavaya yapışmayacak kadar tereyağı koyunuz, kuvvetli ateşte eriterek bıldırcınları diziniz. Yapışmaması için tavayı bir süre sallayarak 4 dakika kızartınız. Sonra bıldırcınları çeviriniz, öbür taraflarını da kızartınız.
