



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ET BAHARATI

- 10 gram kekik
- 10 gram defne yaprağı
- 15 gram karanfil
- 10 gram hindistancevizi
- 10 gram karabiber
- 10 gram tarçın

Baharatları ayrı ayrı dövüp eleyerek karıştırınız ve bir kutuda saklayınız.

Not: Baharatı kebab ve kızartmalardan başka her çeşit et yemeklerinde kullanmayı adet edininiz. Yemeğe lezzet katan baharat maddelerini tahta veya porselen değil de, cam kaplarda saklayınız.

