



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BÖBREK SOTE

Malzeme :

4 adet dana veya 8 adet koyun böbreği
1 küçük paket yağ
Yarım kahve fincanı un
1 bardak et veya kemik suyu
1 demet maydanoz
2 kahve kaşığı karabiber

Yapılışı :

Üstlerinin zarları çıkarılmış olan böbrekler küçük parçalara doğranarak kaynar suya atılıp 1 - 2 dakika süre ile haşlanır ve sudan alınıp bir kaba kâğıt üzerine ve meyilli bir yere konarak iyice kurutulur. Yağ tavada kızdırılıp suyu iyice alınmış olan böbrekler içine atılarak birkaç dakika şöyle bir çevrilip kavrulur «sote edilir». Aynı bir kapta 1,5 kaşık yağ eritilip un da ilâve edilerek, un hafif penbeleşene kadar kavrulur ve sonra buna daima karıştırmak suretiyle azar azar et veya kemik suyu katılıp 8-10 dakika kadar pişirilir, sonra bu salçanın içine sote edilmiş böbrekler ve kıyılmış maydanoz da katılarak hepsi bir iyice karıştırıldıktan sonra tencerenin kapağı kapatılıp çok hafif ateşte 8 - 10 dakika daha pişirilerek ateşten alınıp tabağa aktarılarak sıcak sıcak derhal servis yapılır.