



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BÖBREK SOTE

2 Dana böbreği  
1 Bardak et suyu  
2 Bardak su  
1 Kaşık sirke  
1 Bardak yağ  
6 Sap maydanoz  
1 Fincan un  
Biber  
Tuz

Dana böbreğini ufak ufak doğrayıp kaynar suda 1 dakika haşlayın. Sonra sudan çıkarıp kurulayın ve tuzlayıp biberledikten sonra 2-3 dakika kızgın yağda kavurun. Başka bir kaptaki unu sade yağda kavurun, yağsız bir bardak et suyunu ağır ağır karıştırarak katın, 5-6 dakika pişirin. Yarım fincan sirke, yarım demet kıyılmış maydanozla beraber böbrekleri katıp 3-4 dakika daha pişirin. Ateşten alınca servis tabağına boşaltın.

[ML® Böbrek Kavurması için tıklayın](#)

---