



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TENCEREDE MEYANELİ SIĞIR KIZARTMASI

Önce bir kuşhanede Sirkeli Meyane yapıp sıcak tutunuz. Bir kilogram siğir etini pembeleşinceye dek çevirdikten sonra yarım bardak su ile ıslatıp hafif ateş üstünde yaklaşık 15 dakika pişinceye dek bırakınız. Suyunu çektikçe arada bir çorba kaşığı sıcak su ilâve ediniz. Ara-sıra tencereye silkiniz. Bundan sonra tabağa koyup servis yapınız.
