



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BEYİN HAŞLAMASI

1 adet havuç  
1 baş soğan  
1 baş kereviz  
6 adet koyun beyni veya 2 adet dana beyni  
1/4 demet maydanoz  
3 adet tane karabiber  
Tuz.

Beyinleri soğuk suya koyunuz.

Beyinlerin üzerindeki ince zarı soyunuz (beyin bayat olursa bu zar soyulmaz).

Bir tencereye zarı soyulmuş beyinleri, iri doğrarmış soğanı havucu, kerevizi maydanozu, tane karabiber ve tuzu koyunuz. (Sebzeleri koymaktaki maksat kokusunu güzelleştirmek ve ağırlığın gitmesi içindir).

Beyinin üzerlerine çıkacak kadar su ve tuz ilâve edip ateşe koyunuz.

Orta hararetili ateşte 20 - 25 dakika kaynatınız. Kendi suyunda soğutup parçalamadan çıkartınız İsteddiğiniz yerde kullanınız.

---