



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEYRAN (GAZİANTEP)

<https://www.aksam.com.tr>

Beyranın koyunun boyun ve but kısımlarındaki et ile yapıldığını ve etin 13 saat boyunca suyun içinde haşlanıyor. Haşlandıktan sonra ilikli kemikleri ile beraber beyranda kullanacağımız etler parçalanır. İçinde sarımsak, et suyu, koyunun kendi iç yağı ve pirinç ile şoklu ateşte hazırlanır.

Not: Beyran içindeki malzemelerden dolayı şifa kaynağıdır. Bu yemek hem sabah hem akşam her öğünde tüketilen bir yemektir.

