



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BÖBREK BUĞULAMASI

1 kg. sığır böbreği  
250 gr. soğan  
25 gr. un  
Tuz  
Karabiber  
35 gr tuzlu tereyağı  
1/2 litre et suyu  
1 çorba kaşığı domates salçası  
Garnitür için:  
1 kutu konserve bezelye

Soğanları soyup dilimleyin. Bir tabağa tuz ve karabiberle birlikte unu koyun. Kuşbaşı doğranmış böbrek etlerini una bulayın. Yağı bir tencerede eritin ve böbrekleri iyice kızartın. Soğanları da yağda 3 dakika kavurun. Et suyunu dökün. Salça ilave edip karıştırın. İlk önce kaynatın. 1-1,5 saat yavaş ateşte pişirin. Üstüne biraz kayılmış maydanoz serpin. Haşlanıp tereyağda çevrilmiş bezelye ile servis yapın.