



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇÖKERTME

100 Gr Sana Klasik Kase
2 Çay Kaşığı tuz
6 Diş sarmısak
2 Çay Kaşığı pulbiber
400 gr dana kontrfile
2 Çay Kaşığı kimyon
400 gr yoğurt
2 Çay Kaşığı karabiber
8 Adet patates

Sarmısakları dövün. ve süzme yoğurt ile karıştırın. Patatesleri soyup yıkadıktan sonra kurulayın. Rendeleyip kızgın yağda kızartın ve kevgirle alın. Geniş bir servis tabağına yayın. Üzerine süzme yoğurdu dökün. Tavada margarini eritip tuz ilave ederek ılık bir ortamda bekletin. Etleri kömür ızgarasında pişirin. Çubuk şeklinde kesip ılık margarine baharatlarla birlikte 8-10 dakika pişirin. Etleri süzme yoğurdun üzerine yerleştirin.