



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ÇÖP ŞİŞ

200 gram bonfile  
2 yemek kaşığı zeytinyağı  
Toz kırmızı biber  
Karabiber  
Kimyon  
Kekik  
Tuz

Bonfileyi kuşbaşı şeklinde doğrayıp bir kaseye alın.  
Üzerine zeytinyağı ve baharatları ilave edip güzelce karıştırın.  
Etleri aralık kalmayacak şekilde şişlere dizin.  
Etler şişin yarısını geçmemeli.  
Izgarayı veya döküm tavayı iyice ısıtın ve şişleri tavaya alın.  
Etlerin her tarafını iyice pişirip servis edin.

