



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ET BALIĞI

Malzeme

500 gr. az yağlı ince çekilmiş kıyma,
1 tatlı kaşığı kişniş,
2 diş sarımsak (isteğe göre ayarlanabilir),
Tuz,
Karabiber,
1 çay bardağı su,
Aldığı kadar Bizim Mutfak Un.

Hazırlanışı

Kıyma diğer baharatlar ve dövülmüş haldeki sarımsak karıştırılır. Su ve un ilave edilir. Biraz akışkan kıvamda olması gerekiyor. Kaşık yardımıyla alınır, kızdırılmış yağda kızartılır.