



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

SIĞIR ETİ SUYU (YEMEKLER İÇİN)

1 kilo siğir eti ile parçalanmış bir siğir inciğini tencereye koyup üstünü örtecek kadar su doldurunuz. Sonra orta ateşte 5 saat kaynatıldıktan sonra üzerinden köpüğünü alıp bir kaba astardan geçiriniz. Soğuyunca üzerinde donan yağı alıp suyu kaldırınız. Birkaç gün kullanmak için süzdükten sonra bir miktar su ilâvesiyle iki taşım kaynatınız. Sonra indirip bir kâsede serin bir yerde saklayınız ve gerektiğinde kullanınız.

Not: Siğir inciğini et testeresiyle kesip 2 - 3 parça olarak kaynatınız.
