



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETİ SARMALIK HAZIRLAMA

Öncelikle et dilimi et tahtası üzerine yayılır.
Eğer varsa zarları pürüklü yerleri kesilip atılır.
Et döveceği ile et dövülür.
Özellikle kalın yerleri dövülerek et aynı kalınlıkta bir dilim haline getirilir.