



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ETLİ SUFLE

Tencereye bir kaşık tereyağı koyulur, 2 kaşık un pembeleşinceye kadar bu yağda kavrulur. Sonra bir buçuk bardak yanmamış süt yavaş yavaş eklenir ve 2 - 3 dakika kadar karıştırılarak pişirilir. Ateşten indirilip küçük parça etler içine atılır. Ayrıca tuz, biber çirpılarak kar haline getirilmiş 2 yumurta akını tepsiye döküp üzerine galeta tozu dökülür. Birkaç parça da yağ koyulduktan sonra orta ısı fırında 20 dakika pişirilir, sıcak servis yapılır.

Not: Bu yemeği yap mak için önceder, yapılan yemekten artmış et parçalarından da yararlanabilirsiniz. Yoksa 250 gr yağsız kuşbaşı almanız gerekir.

---