



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## FIRINDA ARDIÇKUŞU KIZARTMASI

Tüylerini temizleyiniz, tuz ve biberleyiniz. Bir budun incik kemiğini öteki budun sinirine geçirip hepsini birden sadeyağla yağlamış bir kâğıda sarınız, kızartma suyu ve ona göre esmer meyane, su, sirke koyup karıştırarak birkaç taşım kaynatınız, kızarmış kuşları kâğıttan çıkarıp içine atınız. Bir kaç dakika pişirip tabağa boşaltınız, suyun yağını alıp üzerine gezdiriniz.

Not: Bütün tarla kuşları bu tarzda pişirilir.

---