



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

IZGARA MARİNE

<https://www.kotanyi.com>

3 kg et (dana eti, sığır eti veya Tavuk)
12 yemek kaşığı ayçiçekyağı
1 paket KOTANYI ızgara marine harcı

12 yemek kaşığı ayçiçek yağı ve kotanyi ızgara marine harcını etinizi marine etmek için kullanın. En az 20dk marine ediniz.

Not: Eğer etinizi ızgaradan önce marine ettiyseniz, konuklarınız için pişirdikten sonra bahartalayabilirsiniz.