



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KEMİK SUYU

Yarım kilo dana kemiği
6 su bardağı su
Yarım demet maydanoz
1 limon suyu veya 1 fincan sirke
1 adet havuç
1 baş soğan
1 adet kök kereviz
Tuz
Tane karabiber

Kemikleri ikiye böldürüp kasaptan satın alınız. İyice yıkayıp temizledikten sonra büyükçe bir tencereye koyunuz. Üzerine su ilave edip bir taşım kaynatınız. Kaynarken üzerine biriken köpükleri delikli bir kepçeyle alıp atınız. Sonra tülbent bir torba içine koyduğunuz, may-danoz.kereviz, soğan, havuç parçalarını kaynama suyuna daldırınız. Sirke veya limon suyunu ilave edip 1-2 saat kaynatınız. Kaynama suyu azalırsa, sıcak su ilave ediniz. Bir iki saat sonra tel bir süzgeçten geçirip kemik suyunu kemiklerden ayırınız. Elde ettiğiniz suyu çorba, pilav ve yemek yapımında kullanınız.

Not: Kemik suyu çıkarılırken içine konan sebzeler, kemiğin suya vereceği ağır kokuyu gidermek ve suyun besin değerini artırmak için konur. Şu elde edildikten sonra torbanın içindeki malzeme atılır.
