



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KONSOME GİZ

Malzemesi:

8 bardak et veya tavuk suyu
2 bardak su
500 gr. yağsız sığır kıyması
5 yumurta akı
tuz
5 dilim ekmek,
2 kahve fincanı gravyer peyniri.

Hazırlanışı:

Bir kaba yumurta aklarını koyarak telle 5 dakika dövün. Sonra bunlara sığır kıyması ile 2 bardak su katın. İyice karıştırın. Sonra da yağsız et suyunu ilave edin. Kapaksız olarak çok hafif ateşte 45 dakika kaynatın. Sonra bu suyu bir peçeteden geçirerek başka bir kaba alın. Ekmeği tavla zarı şeklinde doğrayarak, fırında kızartın. Konsomeye ilave edin. Yanında rende gravyer peyniri olduğu halde servis yapın.