



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NAR PEKMEZİNDE ÇEKTİRİLMİŞ BILDIRCIN VE ÇITIR REZENE

THY Skylife

- 4 adet bildircin
- 1 adet küçük boy rezene
- 40 g zeytinyağı
- 20 g nar pekmezi
- 10 g taze kekik
- 10 g taze biberiye
- 10 g sarımsak
- 5 g deniz tuzu
- 10 g dövülmüş tane karabiber

Bıldırcınlar bir gün süreyle nar pekmezi, taze kekik, taze biberiye, sarımsak, deniz tuzu, dövülmüş karabiber ve zeytinyağında bekletilir. Yemeği ızgarada yapacaksanız altını dört dakika, üstünü de yine dört dakika pişirmeniz yeterlidir. Fırında yapacaksanız yaklaşık on dakika pişirmemiz gerekir. Zira bıldırcın eti fazla pişerse çabuk kuruyup lezzetini kaybedebilir. Rezenenin soğanı dörde bölünür ve bir parçası önceden kızartılmış yağlı tavanın içerisinde esmerleşene kadar hızlı ateşte pişirilir.

Öte yandan av hayvanları, aşıçların en çok çekindikleri gıdalardan biridir. Çok özen ister. Günümüzde doğanın bu lezzetlerini kontrollü avlanma ve çiftliklerde yetiştirilen ürünler yoluyla elde edebiliyoruz.



© lezzetler.com tarif no:95699 • adı:NAR PEKMEZİNDE ÇEKTİRİLMİŞ BILDİRCİN VE ÇİTİR REZENE • gönderen:Saadet • indirme tarihi:03.04.2025 - 06:21