



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SALÇALI BÖBREK SOTE

1 sığır böbreği ya da 2 dana böbreği
40 gram sadeyağı ya da margarin (2 çorba kaşığı)
1 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz ve karabiber

SALÇASI:

20 gram tereyağı ya da margarin (1 çorba kaşığı)
12 gram un
1 bardak et suyu
1/2 demet maydanoz
30 gram tereyağı (1/2 çorba kaşığı)

1 Üstünün zarı soyulmuş, ortasındaki yağı çıkarılmış küçükçe bir sığır ya da 2 adet dana böbreğini aşağı yukarı yarım santim inceliğinde ve iki - iki buçuk santim uzunluğunda küçük parçalara doğradıktan sonra bunları, kaynamakta olan suya atıp hemen çıkararak ancak 1 dakika haşlamalı ve iyice kurulamalıdır. (Böbreklerin olanağınca taze olmaları gerekir. Zarları güçlkle ayıklanan böbrekler bayat demektir. Sonra, teze olmak şartıyla dana böbrekleri haşlamadan da sote edilebilir. Fakat sığır böbreklerinin kesinlikle haşlanmak zorunluluğu vardır. Aksi halde, özellikle sığır böbreklerinden olan hafif amonyak kokusu giderilemez.)

2 Sonra, kurulamış olduğumuz böbreklere; 1 silme kahve kaşığı karabiber ile 1 tatlı kaşığı da tuz ilâve ederek iyice bir karıştırmalı, sonra bunları, içinde iyice kızdırılmış 2 silme çorba kaşığı sadeyağı ya da margarin ve 1 çorba kaşığı zeytinyağı olan tavaya atarak, arada bir karıştırarak böbreklerin renkleri hafifçe dönünceye kadar aşağı yukarı 2 - 3 dakika sote etmeli, sonra da böbrekleri bir delikli kepeç ile tavadan, ılıkça bir tabağa almalı, bir tarafa bırakmalıdır.

3 Bundan sonra bir kuşaneye; 1 silme çorba kaşığı tereyağı ya da margarin ile bir çeyrek kahve fincanı da un koyarak, un pembe bir renk alıncaya kadar kavurmalı, sonra buna; üstünün yağı alınmış sıcak halde 1 bardak et suyu ilâve ederek ve daima karıştırarak 4-5 dakika kadar pişirmeli, sonra da bu salçaya; azar azar ve daima karıştırmak suretiyle bir buçuk çorba kaşığı tereyağı yedirdikten sonra, sote olmuş böbrekleri ve bir çeyrek demet de kıyılmış maydanozu ilâve etmeli ve iyice bir karıştırdıktan sonra tencerenin kapağını kapatmalı ve böbrekleri kesinlikle kaynatmadan gayet hafif ateşte 2 dakika daha pişirmeli ve tabağa alarak servis yapmalıdır.