



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SIĞIR KÜLBASTI

Ekseriye, pastırma ararken ve alırken kullandığımız (kuş-gönü) tâbiri (fileto) demektir. İşte bu filetoluk siğir etlerini el ayası şekil ve büyüklüğünde parçalara ayırmalı ve mutfak tokmağı ile iyice yassıttıktan tuz, biber ve kekiği üzerlerine serptikten sonra, ızgarada istenildiği kadar pişirilip, sıcak iken, biraz hardalla, veya ayrıca hazırlanmış bezelye veya patates püresi vesaire salata garnitürleriyle birlikte yenilir.