



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## ŞİNİTZEL

Elif Korkmazel

4 parça ince dövülmüş tavuk ya da et biftek  
4 çorba kaşığı un  
5 çorba kaşığı galeta unu  
2 adet yumurta  
Tuz, karabiber  
1 çay bardağı zeytinyağı  
1 çorba kaşığı tereyağı

Tavuk eti ya da kırmızı et hangisini kullanacaksınız öncelikle ince dövülmüş olması gerekiyor. Eti tuz ve karabiberle tatlandırın. Yumurtayı bir kâbın içinde çirpın, unu ve galata ununu da ayrı kaplara koyun. Dövülmüş etleri önce una sonra çirpılmış yumurtaya en son galeta ununa bulayın. Kızdırdığınız tereyağı ve zeytinyağılı tavanın içinde etin iki yüzünü de pişirip, limon dilimleri ile sıcak servis yapın.