



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SİRKELİ MEYANE

Bir kuşhanede Esmer Meyane yapıp etsuyu ile boza kıvamına getiriniz. Sonra 2 çorba kaşığı sirke, 1 yaprak defne, 1 diş sarımsak, biraz kekik, 1 karanfil, bir çimdik biber ilâve edip orta ateşte 15 dakika kaynatınız. Sonra indirip yağını alıp bir şinuvadan geçiriniz. Sonra tadına bakıp kaba alarak kullanınız.

Not: Tavada kızartılan köftelerde kullanılabilir.