



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ŞİŞTE PİŞİRME METODU

Bir etin şişte pişirilmesi itina ister. Etler şiş üstünde dağılıp oynamaları için demir bir çubuk üzerine geçirildikten sonra erimiş yağı veya zeytinyağı sürmelidir.

Etlerin geçirildiği çubuklar ateş üzerinde dönmelerini kolaylaştıran otomatik olanları vardır. Büyük parça etler piliç, tavuk but gibi pişme müddetleri daha uzun olduğundan ısının içlerine kadar işlemeleri için yavaş yavaş pişirilmeleri icap eder. Pişirmenin sonuna doğru ısı fazlalaştırılır, dış kısımlarının kızarması nedeniyle yumuşak etler ise daha kuvvetli ateş ister.
