



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVADA ET KIZARTMANIN İNCELİKLERİ

Yağda kızartma lezzetli olmakla beraber sindirilmeleri zordur. Kızartma yapılacağı zaman derin bir kap ve bol yağ kullanılmalıdır. Aksi takdirde kızartma yapılacağı zaman yağ yanar. Bu da hem fena koku çıkartması hem de dumanlarının sağlık için zararlı olması dolayısıyla yapılması gerekir.

Kızartma yapılan etler, un ve galeta tozu gibi maddelere bu-lanarak kızartmalıdır. (Yüzeyinin düzgün olması için):

Pirzola, biftek, bonfile, kontrifeler bu şekilde kızartılarak da kullanılırlar. Et yağda kızartıldığı zaman sertleşir; bu bakımdan yağda kızartmalar pek tavsiye edilmez.
