



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVADA ÖRDEK GÖĞSÜ

<https://acunn.com>

2 adet ördeğin göğüs kısmı

5 6 dis Sarımsak

2 dal taze biberiye

Tuz

Karabiber

Ördek göğüslerinin yağlı deri kısmını bir bıçakla ince ince çok derin olmadan kesin (ızgara et hazırlar gibi).

Tavayı iyice kızdırıp ördek göğüslerini ilk önce yağlı deri kısmı tavaya gelecek şekilde yerleştirin ve ocagin isisini orta dereceye getirin.

Etler kızarkken üstlerine tuz ve karabiber serpip tavaya kabukları soyulmuş sarımsakları ve iki dal Biberiye'i ilave edin.

Yağlı deri kısmını tahmini 5 6 dakika kızartıp çevirin. Yalnız et olan kısmını tahmini 3 4 dakika kızartıp etleri bir alüfoliye sarıp 150° ısıdaki fırında 10 15 dakika pişirin.

Eğer etin içinin pembe olmasını istemez iseniz pişirme zamanını uzatın.

