



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YAPILACAK YEMEĞE GÖRE ET SEÇİMİ

Nevin Halıcı

Haşlama: Gerdan, kol, kürek, but.

Izgara: Pirzola, but (şış).

Yahniler, tencere yemekleri: Kol, kürek, but, döş.

Köfteler: But, kol, kürek.

Kıyma: Özellikle but ama hayvanın diğer taraflarından da hazırlanabilir.