



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)  
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

## BEYİN TAVASI



- 1 Adet koyun beyni
- 1 Çay bardağı rende beyaz peynir
- 1 Adet yumurta
- 1 Çay kaşığı tuz
- 1 Şu bardağı kızartma yağı

- # Beyin soğuk tuzlu suya konur, dışının zarları çıkarılır.
- # Fazla yumuşamayacak şekilde haşlanır.
- # Soğuduktan sonra küçük parçalara ayrılır.
- # Çukur bir kaptaki yumurta akı sarısına karışmayacak şekilde çırpılır, peynir ve tuz eklenir karıştırılır.
- # Parçalara ayrılmış beyin bu karışıma batırılır.
- # Kızgın yağda her iki tarafı da kızardıktan sonra kağıt havluya çıkarılır.
- # Arzuya göre ılık ya da sıcak olarak servis yapılır.

**Not:** Beyin tava lezzetli olduğu kadar, kalorisi çok yüksek bir yemektir, yaşlılar tüketirken dikkat etmelidir.