



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

KARIŐIK SAKATAT IZGARASI



Yarım kg. koyun cięeri
2 Adet koyun böbrek
1 Adet koyun yürek
1 Adet koyun dalak
2 Domates
4 arliston biber
1 Adet kuru soęan
1 Tatlı kaőıęı tuz

Cięerin ve dalağın zarları dikkatlice çıkarılır, kalem Őeklinde doğranır, yüreğin yağı ve sinirleri ayıklanır ortadan ikiye kesilir, böbreklerin de zarı soyulur, boyuna ortadan ikiye kesilir.

Hazırlanan sakatatlar elektrik ızgarasına ya da odun mangalına tek sıra halinde dizilir.

Sakatatların iki yüzü piőtikten sonra üzerine ikiye kesilmiő domatesler, dörde kesilmiő soęan ve arliston biberler dizilir.

Garnitrlerin bir yüzü piőtikten sonra, yine sakatatların üzerinde çevrilerek dięer yüzleri de piőirilir. Üzerlerine tuz serpilir.

Sıcak olarak servis yapılır, yanlarına garnitürler pay edilir.

Not: Verilen ller 4 kiőiliktir, dana sakatatı ile de hazırlanabilir, o zaman ölçüler deęiőiklik gösterir.