



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)  
بانو أتاي لذيذ المتواضع من وصفات الأكل

## اللسان الزخرفة Garnitürlü Dil



١ عدد لحوم البقر  
١ عدد البصل الجاف  
١ عدد بطاطس  
١ عدد جزر كبير  
١ ملعقة حلو ملح  
نصف ملعقة شاي  
١ ملعقة حلو طحين  
٢ ملعقة حساء زيت  
١ كوب ماء المعلبة

# يوضع لسان البقر على قدر الضغط ويوضع عليها البصل المقطوعة المجزء إلى عدة أجزاء والجزر والملح والفلفل الأسود

# ويوضع عليها ٣ أكواب كوب ماء من المياه وعند مجيء الغليان ويطبخ ٤٥ دقائق  
# يقشر جلد اللبان وهي ساخن ويقطع على أجزاء صغيرة ويوضع جنبها البصل والجزر والبطاطس  
# يغلى ويختلط الطحين وزيت سائل ١ كوب ماء من مياه اللسان ١ ملعقة شاي ملح في قدر صغير  
# يسكب على لسان المقسمة وهي ساخن ويوضع بازلاء على أطرافه وتقدم للخدمة وهي ساخن

ملاحظة : طبخ السقنات في قدر الضغط تعطي أو توصى من التصرف كسب الزمان