



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

BEYİN TAVASI



- 1 Adet koyun beyini
- 1 ay bardağı rende beyaz peynir
- 1 Adet yumurta
- 1 ay kaşığı tuz
- 1 u 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.
- # Arzu ya göre ılık ya da sıcak olarak servis yapılır.

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