



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