



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)  
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzətlər© Azərəcə Yemək Tərifləri

## Göbələkli Böyrək Sote

### Mantarlı Böbrek Sote



Yarım kq. Quzu böyrəyi  
1 Ədəd baş soğan  
4 Yemək qaşığı duru yağ  
3 Ədəd sivri (iti) bibər  
1 Yemək qaşığı un  
250 qr. Göbələk  
1 Ədəd pamidor  
7-8 Dal cəfəri  
1 Çay qaşığı duz  
1 Çay qaşığı qara bibər

- # Böyrəklər yıxılır, qurudulur, hər bir böyrək ikiye bölünür, damarları çıxardılır, yağları təmizlənir.
- # Yarım böyrəklər 1 barmaq qalınlığında doğranır.
- # Soğan soyulur, bibərlərin tumları çıxardılır, çox yekə olmayacaq şəkildə doğranır
- # Yağ bir qazanda qızdırılır və üzərinə doğranmış böyrəklər atılır, qızardılır, yağı süzülərək bir başqa boşqaba alınır.
- # Eyni yağda soğan, bibər və un qovrulur. Üzərinə 1 stəkan su tökülür və 5 dəqiqə bişirilir.
- # Soğanlı qarışıma bir neçə parçaya kəsilmiş təzə göbələklər və rəndələnmiş pamidor əlavə edilir, orta atəşdə 20 dəqiqə bişirilir.
- # Üzərinə daha əvvəlcədən hazırlanmış böyrəklər və çox incə doğranmış cəfəri əlavə edilib qarışdırılır, duz, qara bibər səpilir, soba 1 dəqiqə sonra söndürülür.
- # Xidmət boşqabına alınır, üzərinə incə doğranmış cəfəri səpilir.

**Not:** Bu yemək eynə miqdarda ciyər istifadə eləyərək də hazırlana bilər.