



Mangez, buvez mais n'abusez pas (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Les recettes de cuisines

Poêle Uykuluk

Uykuluk Tava



1 kg de uykuluk
1 cuillère à café de thym
1 cuillère à café de poudre de chili
1 cuillère à café de sel
½ cuillère à café de cumin
½ cuillère à café de poivre noir

Nettoyez les graisses et les veines. Lavez dans l'eau au vinaigre. Coupez en petit morceau.
Rajoutez la viande dans une poêle sans rien rajouter d'autre. Faites cuire à moyenne température jusqu'à la grillade. (Vous pouvez jeter les graisses en trop)
Rajoutez du thym, du poudre de chili, du sel, du cumin et du poivron noir. Retirez du feu.
Servez chaud.

N-B; Uykuluk est un tissu qui se trouve entre la viande et la grasse. Un animal contient environ 80-100 gr.