



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## AYVALI ET GÜVECİ

800 gr kuzu (veya dana) eti  
750 gr ayva  
3 çorba kaşığı bal  
1 soğan  
safran tozu  
1 çay kaşığı tarçın tozu  
su  
1 bardak sızma zeytinyağı  
tuz  
biber

Etler 100'er gramlık 8 parçaya ayrılır, Porsiyonluk 8 adet güveç diplerine; biraz yağ, biraz halka soğan, üstüne tuz, biber ve tarçınla karıştırılmış et, onun da üzerine kabuğu soyulmuş ve dilimlere doğranmış ayva, bal, çok az da su koyarak güveçler fırına verilir takribi 90 dakika pişirilir.