



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FASULYELİ KUZU BUĞULAMA

1 kg kuzu eti
10 diş sarımsak
2 kaşık sana yağ
2 bardak su
20 tane arpacık soğan
1 adet havuç
250 grm fasulye

Kemikli, irice doğranmış kuzu etini tencereye koyun, 2 kaşık tereyağı, 20 tane arpacık soğanı havuç, fasulyeleri, 10 diş sarımsak ilâve edip ateşe koyun. Arada bir olmak üzere 2 bardak su katıp, kapalı tencerede, orta ateşte, bir buçuk saat pişirin.