



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İNCİK KEBABI

Malzemesi

6 parça, birer kişilik dilimler halinde dana inciği

1 kaşık margarin

1 baş soğan

2 diş sarımsak

1 adet domates ya da 1 çorba kaşığı salça

1 kaşık un

5-6 bardak su

Tuz

1 adet defne yaprağı

1 demet maydanoz

1 kaşık tereyağı

Karabiber

Tencereye 1 kaşık margarin koyarak kızdırın ve inciklerin alt ve üstünü harlı ateşte ikişer dakika kızartın. Sonra, başka bir kaba alın. Boşalan tencereye bu kez ince ince doğranmış soğan ve sarımsakları koyun ve kızgın yağda pembeleşmeden öldürün. Sulandırılmış salça, ya da kabukları soyulmuş domates ve ununu ilave ettikten sonra karıştırın. Suyla birlikte, tuz ve defne yaprağını ekleyin. Kaynamaya başlayınca, önceden kızartılan incik dilimlerini tencereye yerleştirin ve ağır ateşte 1,5-2 saat pişirin.

İndirgenize yakın ince kıyılmış maydanoz ve tereyağını koyun; bir taşım daha kaynatıp ateşi söndürün. 5 dakika dinlendirip biraz karabiber serpin. İncik kebabınız servise hazırdır.