



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KEŞKEK

1 su bardağı aşırelık buğday  
2 çorba kaşığı tereyağı  
1 kg. kemikli kuzu eti  
1 şişe maden suyu  
1 adet soğan  
1 çorba kaşığı tane karabiber  
1 çay kaşığı toz kırmızıbiber  
Tuz

Buğdayı akşamdan ıslatın. Eti, bir çorba kaşığı tereyağında, rengi dönene kadar kavurun. Maden suyu, soğan ve karabiber ilave edip et kemiklerinden ayrılana kadar pişirin. Kemiklerinden ayrılmış et ve buğdayı, üzerini geçecek kadar sıcak su ve tuz ilave ederek buğday yumuşayana kadar pişirin. Etin bir miktarını ayırıp kalan eti ve buğdayı iyice ezerek servis tabağına alın. Üzerine ayırdığınız eti serpiştirin, yağda yakılmış kırmızıbiberi dökün.

