



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KEŐKEKLİ KUZU İNCİK

1 orba kaşığı sana
400 gram kuzu incik
8 orba kaşığı buğday
1 adet soğan
Karabiber
Tuz
120 gram kuzu gerdan
2 orba kaşığı süt
3 diş sarımsak

Sarımsaklar ve soğanı ikiye bölün. Kuzu incik, tuz, tane karabiber ve az miktar su ile birlikte 180 derece fırında bir buçuk saat pişirin. Keşkek için, buğdayı 2 gün suda bekletin ve her gün suyunu değiştirin. Hazırlanan buğdayı temiz su ile tencerede kuzu gerdanla beraber kaynatın. Buğdaylar pişince (dağılmaya başlar) bir havanda ezin. İçine süt, tuz, karabiber ve sana yağı ilave edin. Hazırlanan keşkeğin üzerine kuzu inciğı alın.domates ve közlenmiş biberle süsleyip servis yapabilirsiniz.