



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KUZU GULAŞ

1 kilo kuzu eti
2 adet soğan
1 yemek kaşığı salça
1 su bardağı sıvı yağ
50 gr margarin
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
2 kaşık un
4 adet defne yaprağı

Kuzu etini kuşbaşı doğrayın. Derin bir kaseinin içerisinde unu, tuzu, margarini ve karabiberi karıştırın. Daha sonra doğramış olduğunuz bu etleri una batırıp kızgın yağda kızartın. Soğanları halka halka doğrayın. Diğer taraftan bir tavada az miktarda sıvı yağa salçayı koyun üzerine 1 çay bardağı kadar su ve tuz ilave edin. Ocaktan indirmeden önce defne yapraklarını bu sosun içine atın. Kızarmış etleri güveç tenceresine alın. Üzerine halka halka doğranmış soğanları ve salçalı sosu dökerek 50-60 dakika kısık ateşte pişirin.
