



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUZU KAPAMA

900 gram kemikli kuzu eti
1 orta boy soğan
3 demet yeşil salata
1 tatlı kaşığı toz şeker
1-2 demet pazı
5-6 yeşil soğan
1 havuç
3,5 çorba kaşığı margarin
1 demet maydanoz ve dereotu
1 tatlı kaşığı un
1,5 bardak su
Bir tutam tuz

Yıkadıktan sonra küçük küçük doğradığınız yeşil soğan, pazı ve yapraklara ayırdığınız yeşil salatayı uzunlamasına doğradığınız havucu ve bütün halde kuru soğanı, su, şeker, tuz ve yağla birlikte bir tencereye koyun. Yumurta büyüklüğünde doğranmış eti de ilave edin, tencerenin kapğını kapatın. Etler yumuşayınca kadar hafif ateşte pişirin. Bu arada unu, 1 kahve fincanı suyla karıştırıp tencereye ilave edin. Tekrar bir taşım daha kaynatıp ateşten indirin.