



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞEHİRİEPERVER YAHNİ

600 gr kuzu kuşbaşı
1 çay bardağı arpa şehriye
2 adet soğan
2 diş sarımsak
3 adet domates
1 çorba kaşığı tereyağı
1 çay kaşığı karabiber
2 çay kaşığı tuz
1 çay bardağı su

Uygun ebatta ki bir tencere ateşe yerleştirilir. Tereyağı ve kuzu kuşbaşı atılır. Yaklaşık 10 dakika kavrulur. İri doğranmış soğanlar ve kıyılmış sarımsaklar atılır. Karıştırmadan iri doğranmış domatesler yerleştirilir. Kapak kapatılır. Yaklaşık 10 dakika daha pişirilir. Sonra tuz, karabiber serpilir. Arpa şehriye bırakılır. Sıcak su akıtılır. Tencerenin kapağı kapatılır, kısık orta-ateş arası ayarda yaklaşık yarım saat pişirilir.