



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TERBİYELİ KUZU ENGİNAR BUĞULAMASI (İZMİR)

THY Skylife

200 g kuzu sırt
100 g taze enginar
2 orta boy soğan
4 diş sarımsak
20 g tereyağı
10 g zeytinyağı
TERBİYESİ İÇİN:
20 g yoğurt
5 g un
Yarım limon suyu
1 yumurta
1 tutam tuz
1 tutam karabiber

Derin bir tencerenin içerisinde tereyağı ve zeytinyağı eritilir. Soğan, sarımsak ve kuşbaşı doğranmış kuzu eklenir. Etler piştikten sonra küp küp doğranmış enginarlar atılır. Ayrı bir kabın içerisinde terbiye mazemesi karıştırılıp süzülerek etin üstüne boşaltılır. Piştikten sonra üzerine maydanoz eklenerek servis edilir.

