



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TRAKYA TAVA

500 gram koyun eti
2 adet soğan
2 adet havuç
2 adet biber
2 adet domates
1 kaşık salça
Tuz
Biber
1 kaşık un
1 bardak yoğurt
100 gram kaşar peyniri
2 adet yumurta
Yarım bardak ayçiçek yağı

Koyun etini soğanla suyunu çekene kadar kavurun. Domatesi ve biberi de ilave edip az daha kavurun. Salçayı ekleyip karıştırın. Az su koyup ağzını kapatın ve 20 dakika hafif ateşte kaynatın. Bir tepsiye dökün ve unu, yumurtayı, yoğurtu karıştırıp boza kıvamında olacak şekilde etlerin üzerine serin. En üstüne de kaşar peynirini rendeleyip fırına verin. Üzeri kızarıncaya çıkarın ve sıcak servis yapın.

[ML® Trakya Tavası için tıklayın](#)

[ML® Trakya Tavası \(görsel\)](#)