



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TÜFFAHIYE

6 kuzu incik
1 adet soğan
1.5 su bardağı elma suyu (ekşi)
1 çay kaşığı tarçın
1 çay kaşığı toz zencefil
1 tatlı kaşığı un
Yarım çay bardağı su
1 çay kaşığı Tuz Karabiber
100 gr tereyağı

Etlere üzerine karabiber, tarçın ve zencefil serpip elinizle ovun. Buzdolabında 1 gece bekletin. Soğanı piyazlık doğrayıp tereyağında pembeleşinceye kadar kavurun. Etlere ekleyip birkaç dakika yüksek ateşte soteleyin. Elma suyunu ekleyin ve kısık ateşte etler yumuşayınca kadar pişirin. Unu su ile çözdürüp yemeğin suyu ile karıştırın ve 5-6 dakika pişirmeye devam edin. İncikleri servis tabağına yerleştirip sosunu üzerine gezdirin. Sıcak servis yapın.