



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

AKITMALI SAC KEBABI

Nevin Halıcı

- 1 kg koyun budundan orta yağlı kuşbaşı et
- 2 kaşık sadeyağ
- 1 çay kaşığı kekik
- 5 ince biber
- 1 çay kaşığı kimyon
- 3 domates veya 1 kaşık salça
- 1 çay kaşığı tarçın
- 1 su bardağı sıcak su
- 1 çay kaşığı karabiber
- 5 soğan
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı kırmızıbiber
- 1/2 demet dereotu
- Akıtma için:
- 5 su bardağı su
- 4 su bardağı un
- 1 tatlı kaşığı tuz

Saca yağ ve yıkanmış etleri koy. Etler bıraktığı suyu çekince, önce halka doğranmış soğanları, sonra ince doğranmış biberleri karıştır. Soğanlar sararınca doğranmış domatesleri ilave et, karıştır. Sıcak su, baharat ve kıyılmış dereotunu da ilave et, kaynat. Kapağı kapalı olarak dinlendir.

Un, su ve tuzu iyice çirp, yarım saat dinlendir. Sac veya tavayı kızdır, fındık kadar tereyağıyla iyice yağla ve bir kepçeyle bulamaçtan dök, tavayı sallayarak yay. Altı pişince üstünü çevir, pişir. Arasına sac kebabı koyarak sar, табаğa düzenle, sofraya al. 12 akıtma elde edilir.