



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ATOMLU BALKABAĞI

<https://www.aksam.com.tr>

1 soğan
4 yemek kaşığı zeytinyağı
500 gram kuşbaşı kuzu eti
Tuz
Karabiber
4-4,5 su bardağı sıcak su
2 domates
700 gram balkabağı
2 yemek kaşığı limon suyu
Üzeri için:
Taze soğan

Küp doğradığınız soğanı zeytinyağında pembeleşinceye kadar kavurun.
Kuzu eti, tuz, karabiber ve suyu ekleyip etler yumuşayınca kadar yaklaşık 40 - 45 dakika pişirin.
Küp doğradığınız domates, balkabağı ve limon suyunu ekleyip 30 dakika daha pişirin.
İnce kıyılmış taze soğanla süsleyerek sıcak servis yapın.

