



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BAHAR KAVURMASI

1 Yemek Kaşığı Sana Klasik
1 orba Kaşığı un
1 Adet soęan
0,5 Kg. Kuzu biftek
0,5 Kg. taze yeşil fasulye
4 Adet havuç
3 Adet Domates

Öncelikle bifteklik olan etleri ince uzun dograyalım. Derin bir tencerede kisik ateste etleri kendi suyuyla pisirelim. Bir tavanin icine zeytinyagi koyalım. Soganlar pembelesinceye kadar kavuralım. Taze fasulyeleri halka halka dograyalım ve soganların uzerine ilave edelim. Daha sonra havuçları ilave edelim. Ardından kup dogranmis domatesleri, etleri, tuzu ve biberi ekleyip karistiralım. Sote ettikten sonra altini kapatalım ve sicak olarak servise sunalım.