



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BEĞENDİLİ ET KAVURMASI

[www.sefabdullahusta.com](http://www.sefabdullahusta.com)

400 gram kuzu eti  
3 tane domates  
4 tane biber  
1 tane kuru soğan  
3 diş sarımsak  
2 defne yaprağı  
Sıvı yağ  
Tane karabiber  
Tuz  
Su  
Beğendi için;  
6 tane patlıcan  
4 yemek kaşığı un  
2 çay fincanı süt  
100 gr kaşar peyniri  
Tuz  
Karabiber  
Sıvı yağ

Öncelikle, patlıcanları yıkayarak fırın tepsisine alın. 170 derecelik ısıda, pişmeye bırakın. Bir orta boy tencerede, etler suyunu salıp çekene kadar kavurun. Üzerine sıvıyağı ve yemeklik doğranmış soğanı ilave ederek kavurmaya devam edin. Sırası ile ince doğranmış sarımsağı, salçayı ilave ederek karıştırmaya devam edin. Defne yaprağını ve tane karabiberi de ekleyin, suyunu ayarlayıp etleri pişmeye bırakın. Etlere yakın, yıkayıp doğranmış domates ve biberi ilave edin. Biber ve domatesler ölene kadar pişirin. Son olarak tuzunu ayarlayıp birkaç dakika daha ateşte tuttuktan sonra ocaktan alın.

Bu esnada beğendisini hazırlayabilirsiniz. Közlenmiş patlıcanların kabuklarını ayırıp, küçük küçük doğrayın. Bir tavada yağın üzerine unu ilave ederek birkaç dakika kavurun. Patlıcanları da dahil edip karıştırarak biraz pişirin. Sonra sırası ile sütü, muskatı, tuzu ve karabiberini atıp karıştırarak kıvama gelmesini bekleyin. Son olarak kaşar peynir rendesi ile karıştırdığınız beğendiyi servis tabağına alarak üzeri- ne eti koyun.



