



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BELEN TAVA (HATAY)

700 gram dana kuşbaşı
2 adet kapyra biberi
3 adet domates
1 adet soğan
5-6 diş sarımsak
1 yemek kaşığı tereyağı
Sıvı yağ
Pul biber
Kekik
Karabiber
Tuz

Öncelikle et, domates, biber ve soğanı iri küpler halinde doğrayın.
Tavaı ocağa alın ve eti ekleyip suyunu çekene kadar pişirin.
Etlere pişirince fırın tepsinine alın. Üzerine de doğradığınız sebzeleri ilave edin.
Tuz ve baharatları da ekleyin. Tereyağını da eritip yemeğinizin üzerinde gezdirin.
Daha sonra fırına verip yaklaşık 50 dakika kadar pişirin. Sıcak olarak servis edebilirsiniz.

