



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BUĞDAY PİLAVI ÜZERİ ET SOTE

2 su bardağı . buğday
2 soğan
3 çorba kaşığı tereyağı
2 su bardağı et suyu
Tuz, karabiber
Kavurması için:
350 gr. kuzu kuşbaşı
5 sivri biber
3 domates
1 soğan
taze kekik, sıvıyağ, tuz
değirmen karabiber

Buğdayı derin bir tencereye koyup sıcak su ile haşlayın. Soğanları ince bir şekilde doğrayıp sıvıyağ ve tereyağ koyduğumuz tencerede kavurun. Haşlanmış buğdayları soğanlara ekleyip karıştırın. Et suyu, su, tuz ve karabiberi ekleyin. Sürekli karıştırarak lapa bir kıvamda pişirin. Kuzu kuşbaşını sıvıyağda kavurun. Sivri biber, soğan ve domatesi doğrayıp ete ekleyerek kavurmaya devam edin. Tuz ve değirmende öğütülmüş karabiberi koyun. Pişen keşkeği servis tabağına alına, üzerine sotelenmiş kuzu etini koyun. Biberiye ile süsleyip servis edin.



Fotoğraf "Cemo" tarafından gönderildi. 27.07.2014