



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BUĞU KEBABI

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

1 kg. Dana eti
500 gr. arpacık soğan
2-3 adet Domates
2 çorba kaşığı margarin veya sıvıyağ
Tuz, karabiber, kekik

Etler kuşbaşı olarak doğranır. Tencereye su konup kaynatılır. Tencerenin içine koyacağınız delikli kapların içine doğranılan etler konur.

Bir tavada sıvı yağ veya margarinde arpacık soğanlar kavrulur. Doğranmış domatesler ilave edilip kavrulmaya devam edilir. Tuz, karabiber, kekik ilave edilir.

Suyun buharı ile pişirilen etlerin üzerine hazırlanan karışım ilave edilir. Biraz daha buharda bekletilerek maydanozla süslenip servis edilir.
