



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇABADA GÜVEÇ (ÇANKIRI)

1 kg kuşbaşı kuzu eti kemikli
500 gr patlıcan
500 gr patates
250 gr domates
250 gr yeşil biber
250 gr taze fasulye
150 gr kuyruk yağı
100 gr sarımsak

Kuşbaşı etler caba içerisinde alata kavrulur kuyruk yağı ile birlikte, üzerine kuşbaşı olarak doğramış olduğumu malzemeler eklenir. diğer tarafta salçalı sos hazırlanır sosun içerisine 100 gr salça, tuz, pul biber, üzerine 2 su bardağı sı eklenerek karıştırılır yapmış olduğumuz sosu caba içerisine malzemenin üzerine dökerek ağzını kapatırız odun fırınında pişecekse kısık ateşte 1.5 saat hızlı ateşte 1 saat ocakta pişecekse 2 saat olarak ayarlayın.

