



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇOBAN KAVURMA (KARAMAN)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

Koyun eti 1 kilo
Margarin 3 çorba kaşığı
Arpacık soğanı 25 adet
Domates 2 adet
Sarımsak 15 diş
Dereotu 1 demet
Patates 3 adet
Su 2 bardak
Tuz 1 tatlı kaşığı

Bir tencereye margarin, 25 adet arpacık soğanı, kemikli olarak küçük yumurta büyüklüğünde parçalara doğranmış koyun eti, kabukları çıkarılmış ve küçük parçalara doğranmış domates, sarımsak, tuz da koyarak tencerenin kapağı kapatılır. Et, domates ve soğan sularını salıp da tekrar çekinceye kadar orta ateşte pişirilir. Etler suyunu çekince bunlara soyulmuş ve irice dört köşe parçalara bölünmüş patatesler ve su da ilave edilir. Etler ve patatesler yumuşayınca kadar pişirilir. Sonra tencereye ayıklanmış, yıkanmış ve ince kıyılmış dereotu ilave edilerek servise hazır hale getirilir.

