



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇOBAN KAVURMA

Yarım kilo kuşbaşı et
Tuz
Karabiber
Kekik
Çeyrek çay bardağı kadar sıvı yağ
3 tane yeşilbiber
2 tane kuru soğan
2 diş sarımsak
1 tane kırmızıbiber
4 tane domates

Isınmış geniş bir tavaya eti bırakıyoruz.

Etler kavrulurken kuru soğanı yemeklik şekilde doğruyoruz.

Doğradığımız soğanları etimize ilave edelim. Sıvı yağı tencereye ilave ediyoruz ve 20 30 saniye kadar kaşık yardımı ile karıştırıyoruz.

Soğanların kavrulması için 3-4 dakika kadar bekliyoruz.

Bu sırada sarımsaklarımızı doğruyoruz ve ardından tavamıza ilave ediyoruz ve karıştırıyoruz. 3 dakika daha kavrulacak.

Bu sırada biberlerimizi doğramaya başlıyoruz. Biberleri doğradıktan sonra tavamıza ilave ediyoruz ve karıştırıyoruz.

Ocağın altını biraz kısıp yaklaşık 15 dakika kadar pişmeye bıraktık. Eğer dana eti kullanıyorsanız daha uzun pişirebilirsiniz.

Domatesleri yemeklik şekilde doğramaya başlıyoruz. 15-20 dakika bekledikten sonra domatesleri de ilave edelim.

Domatesleri de ilave ettikten sonra 15 dakika daha pişmeye bırakıyoruz. Baharatları ekliyoruz ve karıştırıyoruz. Artık ocağı kapatabiliriz kavurmamızı servis tabağına alıp yanında pırlav ile ikram edebiliriz.

