



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇOBAN KAVURMA

1 kg kuşbaşı kuzu eti
3 adet soğan
1 tatlı kaşığı kekik
3 adet çarliston biber
1 çay kaşığı karabiber
2 diş sarımsak
½ çay bardağı sıvı yağ

Halka halka doğranmış soğanlar, çarliston biberler, sarımsak ve et bir tencereye konulup harlı ateşte 3 dakika kadar çabuk çabuk çevrilir. Kekiğin yarısı ve karabiber ilave edilip hiç su koymadan ağzı kapalı olarak ve ateş kısılarak 1.5 saat kadar pişirilir. Piştikten sonra üzerine kekik serpilir.

Not: Kesinlikle tahta kaşık kullanınız.

[ML® Çoban Kavurma için tıklayın](#)



