



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DOMATESLİ KUZU

1 kilo kuzu eti
1 baş soğan
2 çorba kaşığı sadeyağ
Birer adet havuç, kereviz
2 çorba kaşığı un
1 adet defne yaprağı
1 çorba kaşığı domates salçası
Yeteri kadar tuz.

But ve kol tarafından kemiksiz kuşbaşı et kesilir. Yeteri kadar tuz, karabiber katarak karıştırılır. Hafif una bulanıp iki kaşık kızgın yağda kızartarak pişecek kaba çıkartılır. Tavada kalın yağ süzöldükten sonra kesilmiş soğan ve sebzeler kavrulur. Domates suyu ilâve edilerek ete karıştırılır. Az suyla hafif ateşte pişirilir. Piştikten sonra etler, teker teker ayrı bir kaba alınır, üzerine süzgeçten suyu süzölür. Geri kalan sebze posaları atılır, tavada kızartacağımız etlerin adedi çok olmamalıdır. Azar azar kızarmalıdır. Fazla et konursa sulanır, istenilen elde edilmez. Haşlanmış patates etin yanına konur.