



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DOMATESLİ KUZU

1 kg kuzu kol eti
4 olgun domates
2 diş sarımsak
1 çorba kaşığı un
4 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz
Karabiber
1 soğan

Zeytinyağını bir tencerede kızdırın. İçine parça etleri atın. Arkalı önlü çevirerek kızartın. Yemeklik doğranmış soğanı ve sarımsağı ilave edin. Pembeleştiğinde, unu serpiştirerek alın. Bir iki kere çevirin. Rendelenmiş domatesler ilave edin. Biraz piştiğinde ılık su ilave edin. Tencerenin kapağını kapatarak, kısık ateşte etler yumuşayana dek pişirin.