



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ELİ BÖĞRÜNDE (KAHRAMANMARAŞ)

<https://www.sabah.com.tr>

500 gr. kuzu kuşbaşı  
5 adet domates  
2 adet büyük dolmalık yeşil biber  
2 adet kırmızı kapya biber  
10-12 diş sarımsak  
Tuz  
Karabiber  
Kekik  
Zeytinyağı  
Sıcak su

Eti; zeytinyağı, karabiber, tuz ve kekik ile karıştırın ve en az dört saat bu şekilde bekletin. Et marine olduktan sonra tepsinin bir kısmına yayın. Diğer kısma kabukları soyulup yemeklik doğranmış domatesleri, ortasına soyulmuş bütün sarımsakları koyun. Biberleri de boyuna kesip domateslerin üzerine yerleştirin. Üzerine damak tadınıza göre tuz ve karabiber ekleyin ve bir çay bardağı kadar zeytinyağı gezdirin. Son olarak bir su bardağı kadar sıcak su dökün. Tepsinin ağzını önce fırın kağıdı, sonra alüminyum folyo ile kapatın ve 200 derecelik fırında bir saat 15 dakika kadar üzerini hiç açmadan pişirin.

