



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ENGİNARLI KEBAP

750 gram kuzu eti (orta yağlı)
4 adet enginar
4 adet domates
2 adet havuç
2 adet sivri biber
1 adet limon
Yarım bardak ayçiçek yağı
2 adet soğan
Tuz
Karabiber

Etləri kuşbaşı doğrayın. Enginarları ayıklayın ve limonlu suya koyun. Etləri yağda biraz çevirin. Enginarları iri iri doğrayın. Havuçları ve soğanları da doğrayıp ilave edin. 20 dakika beraber kavurun. Domatesleri soyup doğrayın, biberleri de doğrayıp ilave edin. Tuzunu katın ve ağzını kapatın. 1,5 saat pişirin. Arada kontrol ederek tencereyi sallayın. Altını kapatın. Şayet görünümü daha güzel olsun derseniz fırına verin. 30 dakika da fırında pişirin. Yanında makarna ve ayranla servis yapın.