



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ ARAPSAÇI

½ kilo Arapsaçı
250 gr dana kuşbaşı
2 kuru soğan
1 limon
1 yemek kaşığı un
1 yemek kaşığı yoğurt
1/2 su bardağı zeytinyağı
Tuz

Arapsaçlarını yıkayıp, iri iri doğrayın.Kuşbaşı doğradığınız dana etini z.yağında bir iki çevirin.Etler suyunu salıp çekmeye başladığında yemeklik doğradığınız soğanı ilave edin.Soğanlar kavrulunca üzerine arapsaçlarını koyun, biraz da arapsaçlarıyla kavurun.Ötlar kavrulunca üzerini örtecek kadar sıcak su ve tuzunu koyup, düdüklü tencerede 45 dakika pişirin. Yemeğin suyu azalmışsa biraz sıcak su ilave edin.Terbiyesi için 1yemek kaşığı unu kaseye koyun üzerine, 1 yemek kaşığı yoğurt, 1 limon suyu, 1 çay bardağı su ilave ederek seyreltin.2-3 kaşık da yemeğin suyundan koyup ılıklaştırın sonra yemeğe azar azar ilave edin. Bir iki dakika daha kaynatıp ocağın altını söndürün...