



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA KUZU İNCİK

Malzeme:

4 adet kuzu incik

20 adet arpacık soğan

100 gram Teremyağ

2 çorba kaşığı Bizim Mısırözü Yağı

1 adet havuç

1 adet soğan

1 adet defne yaprağı

2 çorba kaşığı Bizim Mutfak Un

Tuz

Karabiber

Kuzu incikleri önce suda 3-4 dakika haşlayın. Fırın tepsisine incikleri, doğranmış havuç, soğan, defneyaprağı, tuz, karabiber ve sıvıyağı alıp önceden ısıtılmış 180 derece fırında 45 dakika pişirin. Tavada Teremyağı eritip arpacık soğanları soteleyin. Unu ilave edip beraber kavurun. Pişen inciklerin suyunu ilave edip bir taşım kaynatın ve kenara alın. Sosu kuzu inciğin üzerine döküp servis yapın.