



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA SEBZELİ İNCİK

2 adet kuzu incik
4 adet bebek patates
3 adet bebek havuç
2 adet pancar
1 adet kırmızı soğan
Sosu için:
Yarım limonun kabuğu ve suyu
1 adet chili biber
1 dal biberiye
4-5 dal taze kekik
2 diş sarımsak
Zeytinyağı
Tuz
Karabiber

Patates, havuç ve pancarı hafif haşlayıp uzunlamasına dörde bölün ve yağlı kağıt serili bir fırın tepsisine alın. Kalın elma dilimi şeklinde doğradığınız soğanı da tepsiye ilave edin. Limon kabuğu, chili biberi, biberiye, kekik ve sarımsağı havanda dövüp bir kaseye alın. Limon suyu ve zeytinyağını ekleyip tuz ve karabiberle tatlandırın. Sosu sebzelerin üzerine gezdirin ve hafif yumuşayana kadar önceden ısıtılmış 185 derece fırında pişirin. Kuzu inciği bir tencereye alıp üzerini geçecek kadar su ekleyin ve yumuşayana kadar haşlayın. Haşlanan eti kemiğinden ayırın ve sebzelerin üzerine yerleştirip çok az zeytinyağı gezdirin. Kuzu incik etleri kızarana kadar pişirin. Sıcak servis yapın.

