



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAMUR KASESİNDE SEBZELİ ET

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

1 su bardağı un
Yarım çay bardağı su
250 gram havuç
250 gram kabak
250 gram karnabahar
1 kg kuzu eti
Yarım çay bardağı zeytinyağı
1 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri
Tuz
Marine için:
1 adet limonun suyu
1 çorba kaşığı biberiye
1 adet rendelenmiş soğan
1 çay bardağı zeytinyağı
Karabiber

Un, su ve tuzu karıştırarak hamur haline getirin. Hamurdan 5 adet beze koparıp, incecik açın. Açtığınız yufkaları, minik fırın kaplarının içine oturtun. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 25 dakika pişirin. Daha sonra hamurları kaplardan çıkarın. Sebzeleri kuşbaşı doğrayın. Zeytinyağını yapışmaz yüzeyli tavada ısıtın. Doğranmış sebzeleri tavada soteleyerek pişirin. Marine için gerekli malzemeleri bir kasede karıştırın. Eti kuşbaşı şeklinde doğrayın. Marine malzemesine ekleyip karıştırın. Eti, sosun içinde 1 gün bekletin. 1 gün sonra kısık ateşte pişirin. Fırında pişirilmiş yufkaların içine paşlaştırın. Sebzeleri de etin üzerine yerleştirin. Üzerine rendelenmiş kaşar peynirini serpin. Orta ısı fırında 10 dakika pişirip servis yapın.

