



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAVUÇLU BEZELYE PÜRESİ İLE KUZU İNCİK

250 gr kuzu incik
20 gr kereviz
20 gr havuç
600 ml kuzu et suyu
20 gr soğan
20 gr salça
1 kaşık un
Bir miktar sıvıyağ
Bir miktar tuz ve karabiber

Hazırlanışı

Eti unlayıp tavada iki tarafını hafifçe kızartın (mühürleyin). Sebzeleri küp doğrayıp tavada soteleyin ve salça ekleyin. Et suyu ilave edin. Eti ilave edip tuz ve karabiber ekleyin ve suyunu çektin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında pişirin.