



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HURMALI SEBZELİ KUZU

<https://migros.com.tr>

600 gr. kuşbaşı kuzu eti
1 tatlı kaşığı taze zencefil
7-8 adet hurma
12 arpacık soğan
1/2 çay bardağı sıvıyağ
3 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı mısır unu
1 adet patlıcan
1 adet kereviz
2 adet renkli biber
2 adet yeşil domates
1 tatlı kaşığı biber salçası
2 su bardağı su
Tuz

1. Patlıcan ve kerevizi soyup kuşbaşı şeklinde doğrayın.
2. Sıvı yağ ve tereyağını bir tencereye alın.
3. Kuşbaşı kuzu etlerini ekleyip, pembeleşinceye kadar yağda soteleyin.
4. Pembeleşen etlerin yağını süzerek tencereden alın.
5. Ayırdığınız yağda arpacık soğanları kavurun.
6. Üzerine biber salçasını ve mısır ununu ekleyerek kavun.
7. Üzerine ikiye böldüğünüz hurmaları, sebzeleri ve 1 su bardağı suyu ekleyin.
8. İlk kaynadığında karışımın üzerindeki köpüğü alın.
9. Yemeğinize rendelediğiniz kerevizi ekleyin.
10. Kısık ateşte 20-25 dakika pişirin.
11. Ocaktan almadan önce yeşil domateslerinizi de ekleyin.
12. Bir taşım kaynadıktan sonra ocaktan alın.

