



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İNCİK BUĞULAMA

Malzemeler:

1,5 kg kuzu incik
2 adet iri domates
2 adet sivri biber
2 adet kuru soğan
1 orba kaşığı sıvı yağ
1 ay kaşığı karabiber
2 ay kaşığı tuz

Yapımı:

Yayvan bir tencereye kuzu incikler dizilir. Üzerine sırasıyla ince kıyılmış soğan, rende domates, ince doğranmış sivri biber, sıvıyağ, karabiber ve tuz konur. Kapağı kapatılır, 10 dakika hızlı ateşte daha sonra 2 saat çok kısık ateşte kapağı hiç açılmadan pişirilir. Ateşten aldıktan 20 dakika sonra servise sunulabilir.