



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## İNCİK KEBABI

### Malzemesi

6 parça, birer kişilik dilimler halinde dana incığı

1 kaşık margarin

1 baş soğan

2 diş sarımsak

1 adet domates ya da 1 çorba kaşığı salça

1 kaşık un

5-6 bardak su

Tuz

1 adet defne yaprağı

1 demet maydanoz

1 kaşık tereyağı

Karabiber

Tencereye 1 kaşık margarin koyarak kızdırın ve inciklerin alt ve üstünü harlı ateşte ikişer dakika kızartın. Sonra, başka bir kaba alın. Boşalan tencereye bu kez ince ince doğranmış soğan ve sarımsakları koyun ve kızgın yağda pembeleşmeden öldürün. Sulandırılmış salça, ya da kabuklan soyulmuş domates ve ununu ilave ettikten sonra karıştırın. Suyla birlikte, tuz ve defne yaprağını ekleyin. Kaynamaya başlayınca, önceden kızartılan incik dilimlerini tencereye yerleştirin ve ağır ateşte 1,5-2 saat pişirin.

İndirmenize yakın ince kıyılmış maydanoz ve tereyağını koyun; bir taşım daha kaynatıp ateşi söndürün. 5 dakika dinlendirip biraz karabiber serpin. Incik kebabınız servise hazırdır.