



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

İNCİK KEBABI

6 adet incik (kuzudan)
4 adet domates
2 adet sivri biber
1 bardak yoğurt
Yarım bardak ayçiçek yağı
Yarım kaşık salça
Tuz
Karabiber

İncikleri yıkayıp tepsiye dizin. Yoğurt, sıvı yağ, tuz ve salçayı karıştırıp etlerin her tarafına sürün. Domatesleri soyarak doğrayın, biberleri de doğrayıp üzerlerine serpin. Tepsinin ağzını alüminyum kâğıtla iyice kapatın. Tepsinin dibine az su koyun. Arada bir kontrol ederek etleri çevirin. Suyu bitip yanmasın. Pişirme süresi 1,5 saattir. Yanına pilav, yeşil salata servis yapın.