



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İTİMAT KAVURMA

Yarım kg kuzu kuşbaşı eti
1 adet kuru soğan
3 adet sivri biber
2 çorba kaşığı ayçiçek yağı
1 tatlı kaşığı tuz
Yarım tatlı kaşığı kekik

Tavaya ince kıyılmış soğan, tereyağı ve kuşbaşı et aynı anda atılır. Orta ateşte suyunu bırakıp çekene dek kavrulur. Tohumları çıkarılmış ve küçük küçük doğranmış biberler eklenir. 10 dakika daha kavrulur. Tuz ve kekik ilave edilir, ateşten alınır.
