



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABUNE

Selda Gök

2 bardak piring

Tuz

1 büyük soğan

1 bardak haşlanmış nohut

½ çay bardağı sıvı yağ

2 kaşık tereyağı

1 bardak normal su

2 bardak et suyu

250 gram haşlanmış ve didiklenmiş et

Soğan piyazlık doğranır. Karabiber ve tuz ile ovulur. Ocağın altını yakmadan sıvı yağ konur. Sonra sırasıyla hazırladığımız soğan harcı, üstüne nohut ve et serpiştirilir. Üzerine yıkanmış piring ilave edilir. Su ve et suyu beraberce dökülür. Önce 10 dakika harlı ateşte pişirilir. Suyunu çekince ateşin altı kısılır. Suyunun bitmesine yakın tereyağı başka bir kaptan eritilip dökülür. Kağıt havlu tencerenin üzerine serilir ve kapağı kapatılarak demlendirilir.

