



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABURGA KAPAMA

200 gr kuzu kaburga
200 gr kuzu kuşbaşı
1 su bardağı bulgur
1 adet kırmızı biber
1 adet kuru soğan
2 adet domates
2 diş sarımsak
1 yemek kaşığı biber salçası
Karabiber
Tuz
1 yemek kaşığı yağ

Soğan, domates, biber ve sarımsakları doğrayın.

Düdüklü tencereye 1 yemek kaşığı yağ alın ve soğan, biber, sarımsak ve etleri tencereye alıp yüksek ateşte soteleyin.

Domates salçasını ekleyin ve etlerin üzerini geçecek kadar su koyup tencereyi 15 dakikaya ayarlayın.

Bu sırada bulgurlarımızı yıkayıp borcamın alt kısmına serin (bulgur çiğ olacak fırında pişecek)

Pişen etleri bulgurun üzerine yerleştirin ve tencerede kalan suyu sebzeleri ile birlikte 2 bardak kadar ölçüp bulgurun üzerine dökün.

240 derece fırında suyunu çekene kadar pişirin.

