



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KAVURMA

1 kilo dana kuşbaşı
2 yemek kaşığı sıvı yağ
1 çay kaşığı tuz
Yarım çay kaşığı kekik

Yumuşacık ve çok lezzetli kavurma yapabilmek için döküm tencereler çok işe yarıyor. Bu tarifte döküm tencere kullanmanızı öneriyoruz.

Fontignac Döküm tencerenize sıvı yağı koyun ve üzerine kuşbaşı etleri ekleyip, kısık ateşte kapağı kapalı şekilde pişmeye bırakın.

Ortalama 1-1,5 saat sonra etler suyunu salmış ve tekrar çekmiş olacak. Suyunu çekmiş etlere tuz ve kekiği ilave edip, bir tur karıştırın ve kapağı kapatıp 15 dakika kadar daha kısık ateşte bırakın.

Mis kokan kavurmanızı pilav üzerinde servis edebilirsiniz.

