



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KESTANELİ KEBAP

300 gr. kestane
750 gr. kuzu eti
Yarım kg. arpacık soğanı
2 adet iri havuç
4 çorba kaşığı zeytinyağı
Yarım litre su
Defne yaprağı
tarçın
tuz

Et zeytinyağında suyunu salıp çekince, arpacık soğan ve halka şeklinde doğranmış havuç katılır, bir süre kavrulur, su eklenir, havuç yarım pişince ayıklanmış kestane, 1 yaprak defne, az tarçın ve tuz konur, kısık ateşte en az yarım saat pişirilir, servisten hemen önce defne yaprağı alınır.