



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIYMALI KAVURMA TAVASI

MALZEMELER;

300-350GR dana-kuzu karışık kıyma

3 yemek kaşığı sıvı yağ

6 tane domates

2-3 tane yeşil biber

2 büyük kuru soğan

1 küçük baş ayıklanmış sarımsak

tuz

karabiber

YAPILIŞI;

Önce yemeği pişireceğiniz tencereyi biraz ısıtın. Hemen ardından kıymayı ilave edin ve suyunu çekinceye kadar kavurun. İnce doğradığınız soğanları koyun. Soğanların içine tuzu, karabiberide ilave edin biraz daha kavurun. Isıya dayanaklı bir fırın kabına boşaltın. Kıymalı karışımın üstüne incecik halka şeklinde doğradığınız yeşil biberleri, minik küp şeklinde doğradığınız domatesleri ve ayıklanmış sarımsakları üzerine serpip sıcak fırında 180 derecede 20-25 dakika pişirin. Afiyet olsun.
