



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KOLAY SEBZELİ KUZU HAŞLAMA

İncik eti veya incik ayarında kıyılmış kuzu eti yarım kg
Kuru soğan 1 adet
Patates 2 adet
Sivri biber 2 adet
Havuç 2 adet
Un 1 tatlı kaşığı
Sarımsak
Sıvı yağ
Karabiber
Tuz

Hazırlanmış et, tencerede üstünü aşıcaya kadar suyla kaynatılır, kefi-köpüğü alınarak pişirilir, tuz ilave edilip fırın tepsisine döşenir.

Hazırlanmış soğan, havuç, patates ve sivri biber etin üzerine yerleştirilir. Sos için tencerede yağ ve un kavrulup süzölmüş et suyu ilave edilir, tepsideki malzemelerin üzerine dökölür ve fırında pişirilir.