



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KOLAY YOĞURTLU ET

750 gram koyun eti (but kısmı)
2 adet soğan
4 diş sarımsak
Yarım ay bardağı ayçiçek yağı
Yarım kaşık kırmızı toz biber
200 gram yoğurt
Tuz
Maydanoz

Koyun etini kuşbaşı doğrayıp bir tepsiye dökün. Az sıvı yağ, az tuz koyup karıştırın. Teflon tavada susuz olarak soğanlarla beraber pişirin. Az yağda kırmızı biberi ısıtın. Eti, servis yaparken üzerine sarımsaklı yoğurt, en üstüne biber sosu dökün ve maydanoz serperek servis yapın.