



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KURU KAYISILI İNCİK YAHNİSİ

500 gr kuzu veya koyun incik
25 tane arpacık soğan
1 komposta kasesi mayhoş kuru kayısı
2 çay kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı tozşeker
4 yemek kaşığı sıvıyağ
2 bardak su

Arpacık soğanları kabuklarından temizleyin. Kuru kayısıları ılık suda bir kaç dakika bekletip iyice yıkayın ve süzün. Sıvıyağı tencereye koyup kızdırın. İncikleri içine atıp sularını salıp çekinceye kadar pişirin. Üzerine kayısıları koyup bir kaç dakika daha çevirmeye devam edin. Kaynamış su ekleyin ve kısık ateşte etler yumuşayınca kadar pişirmeye devam edin. Tencereyi ocaktan almadan 10- 15 dakika önce yeterince tuz ve ve şekeri ekleyin, şeker miktarını arzuunuza göre azaltıp artırabilirsiniz. Yemeğiniz piştikten sonra ocaktan alın ve sıcak sıcak servis yapın.