



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

KUZU BUĞULAMA

1 kg. kuzu eti,
10 diş sarımsak,
2 kaşık tereyağı
2 bardak su.
20 arpacık soğan,

Kemikli, irice doğranmış kuzu etini tencereye koyun, 2 kaşık tereyağı, 20 tane arpacık soğanı, 10 diş sarımsak ilâve edip ateşe koyun. Arada bir olmak üzere 2 bardak su katıp, kapalı tencerede, orta ateşte, bir buçuk saat pişirin.