



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KUZU ETLİ SEBZE ÇORBASI

Eğlenceli Tarifler
Sağlıklı Minikler

200 gr kuzu kuşbaşı
4 kök kuzu ıspanak
10-12 adet taze bürölce
1/2 adet soğan, ince yemeklik doğranmış
2 çorba kaşığı pirinç
2 çorba kaşığı Komili Sızma Zeytinyağı

Kuzu etlerini soğan ve Komili Sızma Zeytinyağı ile bir tencereye alıp kavurun. Üzerine bir litre su ekleyip kaynama noktasına getirin.

Ocağı kısıp tencerenin kapağını kapatın ve 30 dakika boyunca etleri bu şekilde pişirin. 30 dakika sonra pirinçleri ilave edin.

Bürölceleri iri parçalar halinde doğrayıp yatay olarak ikiye kesin ve köklerinden ayırdığınız doğranmış ıspanaklarla birlikte tencereye ekleyin.

Pirinçler yumuşayana kadar pişirmeyi sürdürün.

Ocaktan alıp ılıdıktan sonra kaselere pay ederek servis edin.

