



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUZU HAŞLAMA

5 adet kuzu incik
2 adet soğan
4 diş sarımsak
1 adet havuç
2 adet kereviz sapı
2 adet defne yaprağı
5 adet tane karabiber
3 adet karanfil
1 litre su
1 adet portakalın suyu
3 çorba kaşığı Sana Kase

Soğanı ve kereviz sapını dört eşit parçaya kesin. Havucu 5 cm eninde dilimleyin. Sarımsakları soyun bütün bırakın. Tencerede yağı eritin ve incikleri ilave edin. Harlı ateşte 2 dakika her tarafını kızartarak incikleri kenara alın. Aynı yağda sebzeleri soteleyin, baharatları ilave edin. Inciklerle beraber portakal suyunu da tencereye ilave ederek bir taşım kaynatın. Son olarak suyunu ilave edin ve kısık ateşte 2 saat pişirin.