



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUZU İNCİK HAŞLAMA

5 adet kuzu incik
2 adet kuru soğan
3-4 diş sarmısak
3 adet patates
3 adet havuç
Tuz
Karabiber
2 adet defne yaprağı
100 gr sıvıyağ

İncikleri yıkayıp üzerlerini geçecek kadar su koyup soğanlarımızı 4'e bölüp sarmısakları da bütün olarak suya atarak yaklaşık 1 saat pişiriyoruz sonra çatal batırarak etlerin piştiğinden emin olunca patates ve havuçları orta büyüklükte doğrayıp defne yaprağıyla birlikte inciklerin suyuna bırakıyoruz üzerine yeteri kadar tuz, karabiber serpip sebzeler yumuşayana kadar pişiriyoruz sıcak servis ediyoruz.

