



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KUZU İNCİK KAPAMA

6 adet kuzu incik veya kol
100 gr. Bizim Margarin
2 baş soğan (Ufaklarından dörde bölünmüş)
4 diş sarımsak (Doğranmış)
1 baş taze soğan {Temizlenip 3 cm. kalınlığında doğranmış)
3 adet patates (Soyulup, 1/2 cm. kalınlığında doğranmış)
3 adet havuç (Bıçak arkası kalınlığında doğranmış)
1 adet kereviz (Soyulup, bıçak arkası kalınlığında doğranmış)
1 adet marul veya yeşil salata
1/2 bağ maydanoz (Doğranmış)
1/2 bağ dereotu (Doğranmış)
1 çorba kaşığı Bizim Mutfak Un

- ❑ Etleri tencereye koyun.
- ❑ Üstleri kapanacak kadar su ilave edip 5 dakika kaynatın. Soğuk suda yıkayarak süzgece çıkarın.
- ❑ Tencere içinde Bizim margarini kızdırın. Etleri, soğanı ve sarımsağı ilave edip, birkaç dakika karıştırdıktan sonra Bizim Mutfak unu ekleyin.
- ❑ Biraz karıştırdıktan sonra 5 su bardağı suyu koyun. Tencerenin kapağını kapatıp 15 dakika kaynatın.
- ❑ Havuç, kereviz, patates, taze soğan, maydanoz, dereotu, marul yapraklarını ve tuzu etlerin üzerine yayın. Üzerine iç kapak ve dış kapak kapatarak 15 dakika kısık ateşte pişirin.
- ❑ Lezzetini kontrol edip çukur kapta servis yapın.