



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KUZU İNCİK

4 adet kuzu incik
10 adet arpacık soğan
2 adet domates
1 adet havuç
3 adet sivri biber
2 adet patates
2 diş sarımsak
1 adet kırmızıbiber
50 gram tereyağı
1 çay bardağı su
1 tatlı kaşığı salça
Kekik
Karabiber
Tuz

İncikleri yağın yarısında kızartın. Daha sonra inciklerin içine soyulan soğanları ilave edin ve pembeleşinceye kadar da soteleyin.

Diğer tarafta, patates ve domatesi elma dilimleri şeklinde, diğer sebzeleri ise uzun uzun doğrayın. Kızartılan incik ve soğanlarla birlikte kapaklı cam tencereye koyun. Daha sonra üzerine suda eritilen salça ve baharatlı sosu dökün. Kapağını kapatın ve 200 derece fırında sebzeler hafif kızarana dek pişirin.

