



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TENCEREDE KUZU KIZARTMASI

Kuzu etini 4-5 ceviz büyüklüğünde doğrayınız, yıkayıp tencereye koyunuz, üzerine 2 soğan çentiniz. Üç kök maydanoz, 1 havuç doğrayınız. Tuz, biber ekiniz. Bir buçuk çorba kaşığı tereyağıyla kuvvetli ateşte 7 - 8 dakika bırakınız, etleri arasına kepçe ile çeviriniz. Sonra tencereyi orta ateşe çekiniz, yavaş yavaş pişiriniz, suyuna dikkat ediniz, çektikçe azar azar su koyunuz, susuz bırakmayınız. Koyacağınız suyun sıcak olması gerekir.
