



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## KUZU TANDIR

1 adet kuzu kol (kemikli olarak iri parçalar halinde doğranmış)  
2 çorba kaşığı un  
3 çorba kaşığı tereyağı  
2 şişe maden suyu  
2 adet kabak, 2 adet sarı biber  
2 adet kırmızı biber  
4 çorba kaşığı zeytinyağı  
2 dal biberiye  
Tuz  
Karabiber  
Servis için:  
Pilav

Etin üzerine un serpin ve her tarafına bulayın. Yayvan bir tencereye aldığınız tereyağında etleri çevirerek kızartın. Üzerine maden suyunu ekleyin. Tuz ve karabiberini ayarlayın. Kapağını kapatıp 15 dakika orta ateşte pişirin. Daha sonra çok kısık ateşte bir buçuk saat (suyunu tamamen çekene dek) pişirin. Kabakları sebze soyacağı ile uzunlamasına ince dilimler halinde doğrayın. Biberleri iri parçalara ayırın. Zeytinyağını bir tavaya alıp üzerine biberleri ekleyin. Birkaç dakika kavurup kabak, tuz ve karabiber katıp soteleyin. Etleri kemiğinden ayırın. Sote ettiğiniz sebzeler ve pilavla birlikte, biberiye süsleyerek servis yapın.

