



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MANİSA KEBABI

1 kg. et (yağsız)
5 kaşık sadeyağ,
6 kaşık un,
1 soğan,
1 bardak süt,
1 Havuç,
3 yumurta.
3 bardak su,
1 kaşık çiçek yağı,
tuz.
3 kaşık çam fıstığı,

Unu süt yumurta, şekerle hamur yapın. Altıya ayırın. Bir kaşık çiçek yağını kızdırın, bu hamurları boşaltıp hafifçe kızartın. Sonra bir komposto kâsesine koyarak içini doldurun. Ağzını kapatın, ters çevirip kâsedan alarak fırında pişirin.

İçin hazırlanması: Fıstığını yağda kavurup çıkarın, küçük doğranmış yağsız eti de aynı yağda kavurun. Sonra da ince doğranmış soğan ve havucu atıp, et, suyunu çekene kadar kavurun. Biraz da un katın. 3 bardak su ve tuz koyup, 45 dakika kaynatın.