



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## NARLI İNCİK KIZARTMASI

- 1 adet nar
- 1 kđ dana incik
- 1 orba kaşığı sıvı yağ
- 1 orba kaşığı tane karabiber
- 1 ay kaşığı tuz
- 1 litre sıcak su
- 2 yemek kaşığı un

Kemiklerden ayrılmış incikleri yıkayıp kurulayın. Yapışmaz yzeyli tavaya sıvı yağı alıp incikleri nlz arkalı kızartın. Üzerlerini örtecek kadar sıcak su ekleyin. Tane karabiber serpiştirip, kısık ateşte 30 dakika pişirin. Unu 1 kahve fincanı suyun içinde eritip inciklerin üzerlerine gezdirin. Tuz ilave edip 5 dakika daha pişirin. Servis tabağına alıp, üzerlerine nar serpin. Sıcak olarak servis yapın.