



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NARLI KAVURMA

400 gr. kuşbaşı et
1 adet nar
2 çorba kaşığı zeytinyağı
15-20 adet arpacık soğan
2 adet patates
Tuz
Karabiber
Pul biber

Eti üzerine zeytinyağı ekleyerek buzdolabında 20 dakika dinlendirin. Daha sonra yapışmaz yüzeyli bir tavada ara sıra karıştırarak 10 dakika pişirin. Ayıklanmış soğanları üzerine ekleyip et iyice yumuşayana kadar pişirin. Tuz, karabiber ve pul biber kattıktan sonra yemeğinizi servis tabağına alın. Patatesleri küp doğrayıp kızartın. Eti patates ve nar taneleriyle servis yapın.