



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ROSTO

MALZEME (6 kişilik)

1 kilo dana nuar

2 iri soğan

2 diş sarımsak

1 çorba kaşığı un

1 Yemek kaşığı sirke

Nuar üzerinde açacağınız oyuklara, küçük parçalara ayırdığınız sarımsakları yerleştirin. Soğanların suyunu çıkartın, eti bu suyla ovun. Çelik tencerenizi ısıtın. Nuari, yağsız kızartma şartlarına uygun olarak, çevirerek kızartın. Bir çay bardağı su ve yemek kaşığı ile sirkeyi ilave edin. Kapağı kapatın, en kısık alevde (yarımdan da az şartı ile) 40 dakika pişirin. Tuzu ekledikten sonra 5 dakika bekleyin. Dilimleyin, püre ile servis yapın.