



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## SAC KAVURMA

1 kg yağlı kuzu eti  
Tuz  
Karabiber  
Nane

Yağlı ve yumuşak kuzu etini kuşbaşı iriliğinde doğrayın.  
Sac veya derin teflon tavada kapağını kapatarak ve kısık ateşte arada bir karıştırarak kavurun.  
Et suyunu bıraktığında tuzunu ayarlayın ve dilediğiniz baharatları ilave edin.  
Tavanın kapağını kapatarak kavurmaya devam edin. Etler ağızda dağılacak kıvama gelince servis yapın.

---