



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ KUŞBAŞI

500 gr. kuşbaşı et
3 çorba kaşığı tereyağı
1 adet orta boy soğan
10 adet arpacık soğan
1 adet büyük boy havuç
2 adet büyük boy patates
1 çorba kaşığı salça
2 adet defne yaprağı
Yeteri kadar sıcak su
Tuz

Patates ve havuçtan sebze oyacağı ile yuvarlaklar çıkarıp kenara alın. Tereyağını bir tencereye alıp üzerine et ve sekize bölünmüş soğanı ilave edin. Et suyunu salıp yeniden çekinceye kadar karıştırarak kavurun. Üzerine arpacık soğan, patates ve havucu ilave edip beş dakika birlikte kavurun. Salçayı ekleyip birkaç dakika daha kavurun. Sebzelerin üzerini örtecek kadar sıcak su, tuz ve defne yaprağını tencereye alın. 10 dakika orta ateşte pişirdikten sonra da altını kısın. Et yumuşayana kadar kısık ateşte pişirdikten sonra servis yapabilirsiniz.