



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ KUZU HAŞLAMA (DÜDÜKLÜ)

Malzemeler:

1 kg. dilimlenmiş kuzu budu
1 adet kuru soğan
6 adet patates
3 adet havuç
3 adet sivri biber
5-6 diş sarımsak
Tuz
Karabiber

Yapılışı:

iri parçalar halinde dilimlenmiş eti düdüklü tencereye koyun. Soğanı ve biberleri bütün olarak, patatesler küçükse bütün, değilse ikiye üçe bölerek, havucu uzunlamasına dörde keserek etlerin üzerine ekleyin. Dört-beş bardak sıcak su ve tuz, karabiber, kekik ilave edin. Tencereyi kapatıp, ateşe oturtun. Buhar çıktıktan sonra 25-30 dk. pişirin. Ateşten indirdikten sonra içine ezilmiş sarımsakları karıştırın. Sebzeyi, eti ve suyu hep birlikte çukur tabaklarda servis yapın.