



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ KUZU KAPAMA

<https://www.dogrusucarrefoursa.com>

3 adet kuzu incik
9 adet arpacık soğan
3 diş
4 adet doğranmış domates
6 yemek kaşığı sıvı yağ
1 tutam dereotu
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı kekik
400 gram kayın mantarı
2 bardak su

Öncelikle etleri mühürlemeniz gerekiyor. Tavaya 3 yemek kaşığı sıvı yağı döküp kızdırın. Kuzu incikleri koyup her bir yanı 3-4 dakika pişirin. Etleri bir kenara ayırın. Güvece 3 yemek kaşığı sıvı yağ ekleyip mühürlenmiş incikleri, arpacık soğan, sarımsak, doğranmış domates, kekik, karabiber, tuz ve 2 bardak su ekleyip 1 saat kadar pişirin. Piştikten sonra dereotunu ekleyin. Kayın mantarlarını inciklerin üzerini tamamen kapatacak şekilde dizin. Mantarlarla birlikte bir 15 dakika daha pişirin ve servise hazırlayın.

