



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## SEBZELİ KUZU SARMA

700 gram iri ince dövülmüş kemiksiz kuzu budu  
2 adet soğan  
2 patates ve havuç  
500 gram ıspanak  
2 defneyaprağı  
1 çay bardağı zeytinyağı  
4 diş sarımsak

Bir kabın içinde tüm malzemeyi karıştırın. Dövülmüş etin içine küp küp doğanmış sebzeleri doldurup kurdanla tutturun. Tencereye alıp tereyağında her yerini kızartın. Üzerine suyu ekleyip ocak üzerinde 45 dakika kadar pişmeye bırakın.

