



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEKBAÇ

1 kg kemiksiz kuşbaşı kuzu eti
1 ay bardağı zeytinyağı
15-20 adet arpacık soğan
2 tatlı kaşığı bal
Yarım ay kaşığı safran
Tuz

Etlerin zerine az miktarda sıcak su dökerek bekletin.
Zeytinyağını bir tencereye alıp arpacık soğanları, etleri ve üzerini geçecek kadar sıcak su ekleyin.
Orta ateşte etler yumuşayana kadar pişirin.
Ocaktan almaya yakın bal, safran ve tuzu ekleyin.
Sıcak servis yapın.

