



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SIĞIR KAPAMA

4 parça (1/2 kg.) kol kürek tarafından siğir eti
2 parça ilikli siğir kemiği
5 adet havuç
Yeterince tuz, karabiber, defne yaprağı ve kekik
3 orta boy soğan

YAPILIŞI:

Kasabınızdan, sinir ve yağlarını iyice temizleterek, kol kürek tarafından etinizi satın alınız. Dört parçaya böldürünüz. Havuçları kazıyıp, yıkayıp halka halka kesiniz. Soğanları temizleyip ikiye bölünüz. Büyüks dörde bölün. Fırına girecek bir tencereye, yıkadığınız kemikleri ve soğanları koyup orta hararete 10 dakika ısıtınız. Tencereyi fırından çıkarp kızgın ateşte kemik ve soğanları bir süre döndürünüz. Kemikler ve soğanlar sararınca ateşten çekiniz. Etleri bir tencerede hafif kavurunuz. Her tarafı eşit kavrulan etinizi kemiklerin bulunduğu tencereye koyunuz. Üzerine, havuçları, kekiğı, defne yapraklarını, tuzunu biberini ekleyiniz. 2 bardak su ilave ederek, tencerenin kapağını kapatıp, sıcak fırına sürünüz. 2 saat kadar pişiriniz. Servis yaparken üzerini ince kıyılmış maydanozlar ile süsleyiniz.