



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SOĞANLI KAVURMA

600 gram kuşbaşı kuzu eti  
3 soğan  
1 çay bardağı zeytinyağı  
1 çorba kaşığı tereyağı  
3 diş sarımsak

Tencerede etleri hiç su koymadan 5 dakika kadar kavurun. Üzerine zeytinyağını ekleyip kavurmaya devam edin. Daha sonra irice doğranmış soğanları ilave edin. Ezilmiş sarımsakları ve tereyağını da ekleyip kapağını kapatıp hiç su koymadan kısık ateşte 35 dakika pişmeye bırakın. Daha sonra karıştırıp istenirse üzerine kıyılmış maydanoz ya da dereotu ekleyip karıştırın. Sıcak olarak ikram edin.

---