



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAS KEBABI

500 gr kus başı kuzu eti
6-7 adet arpacık soğan
2 corba kasığı zeytinyağı
1 diş sarımsak
2-3 adet carliston biber (irice doğranmış)
Yarım su bardağı domates rende
1 çay bardağı süt
1 tatlı kasığı tuz ve biraz tane karabiber..

Etlere soğan, sarımsak ve zeytinyağı ilave ederek 10 dakika bir tencerede çevirin (biraz suyunu bırakacaktır) daha sonra biber ve domatesini de ilave edin ve suya koyarak 30 dakika kadar pişirin. Etlere suyunu çektikten sonra tuz ve karabiberleri de koyun, catalla pistiklerinden emin olduktan sonra ocaktan alın veya aynı işlemi fırın torbasında 200 derece ısıtılmış fırında da yapabilirsiniz. Patlıcan begendi veya pilavla servis yapabilirsiniz.