



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAS KEBABI

Jölilde Erköse Tarhan

1/2 kg Kuzu Kuşbaşı
2 Avuç Bezelye
1 Adet Havuç
2 Adet Domates
1 Çorba Kaşığı Salça
2 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
1 Tatlı Kaşığı Tuz
1 Tatlı Kaşığı Karabiber
1 Su Bardağı Sıcak Su

Tencereye zeytinyağını koyalım. Yıkamış ve suyu süzölmüş kuşbaşı etleri ekleyip renkleri dönene kadar çevirelim. Rendelediğimiz domatesleri ve bezelyeleri ekleyelim. Havucun dışını soyup halka halka doğrayıp etlere ilave edelim. Tuz ve karabiberini de katalım. Salçayı 1 su bardağı sıcak suda açıp tencereye dökelim. 10 dakika harlı, 15 dakika da kısık ateşte pişirip, bulgur veya pirinç pilavıyla birlikte servis yapalım.