



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAZE SOĞANLI KUZU KAPAMA

6 Parça kuzu kapama

6 dal yeşil soğan

1 demet marul

Tuz

Karabiber

Sıvı yağ

Kuzu kapamaları güzelce yıkayın. Bir tavada yağı kızdırın, kızan yağda kuzu kapama parçalarını eşit derecede kızartın. Kızarttığınız parçaları çelik yayvan bir tencereye dizin. Bir tarafta güzelce yıkanmış yeşil soğan ve marulu ince ince kıyın. Kuzu kapamaları kızarttığınız yağda (yağ fazla olmasın) soteleyin. Sotelediğiniz yeşillikleri diğer tarafa aldığınız kuzu kapamaların üzerine yayın. Tuzu ve karabiberini serpin. 1 fincan su dökün, ağız alüminyum folyo ile sarıp kapağını kapatın. Kısık ateşte 30-45 dakika pişirip servis yapın.