



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TENCERE KEBABI :

Birbuçuk kilo koyun budunu yarım yumurta kadar yağla ateşe bırakın, içerisine küçük küçük doğranmış iki baş soğan da attıktan yetecek kadar da tuz kattıktan sonra kapağını örtün. Arasıra karıştırın. Etin kendi bıraktığı suyu buharlaşmaya dek kavurun, hafif bir kızarma durumu olunca domates ya da yarım çorba kaşığı salça atın. Birkaç kere de karıştırın ve etin üzertiü örtecek kadar su koyun. Yavaş yavaş kaynasın. Bir iki tutam karabiber de atabilirsiniz, sofraya konulurken kızarmış veya haşlanmış patates, havuç ve bezelye ile de süsleyebilirsiniz.