



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TEPSİDE ET KAVURMA (BANDIRMA BALIKESİR)

Bandırma Onyedil Eylül Üniversitesi

Yarım kilo kuşbaşı doğranmış et

Zeytinyağı

Tuz

3 adet arpacık soğan

2 diş sarımsak

Kekik

Kırmızı toz biber

Kimyon

Bu malzemeler içerisinde marine edilen kuşbaşı et 24 saat buzdolabında dinlenmeye bırakılır.

Daha sonra dinlenen kuşbaşı et fırın tepsisine alınarak 200 C'de 30 dakika pişirilir ve servis edilir.

Not: Bandırma ve Erdek yöresinde çoğunlukla düğün ve bayramlarda tercih edilen bir yemektir.