



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TERBİYELİ KAPAMA

1 kg parçalanmış kuzu kol
3-4 diş sarımsak
Yarım demet taze soğan
3 çorba kaşığı sıvıyağ
2 tatlı kaşığı tuz
2 çorba kaşığı un
1 su bardağı su
1 adet yumurta
1 adet limon

Sıvıyağ tencereye konur, ısınınca parça et sıkı sıkı yerleştirilir. Üzerine iri doğranmış soğan ve sarımsak konur. Ateş kısılır, kapak kapatılır. En az 45 dakika kendi suyuyla pişirilir. Bu arada yumurta, limon, un, su, tuz iyice çirpılır. Yemeğe eklenir, karıştırmadan 10 dakika daha pişirilir.