



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TRAKYA YAHNİSİ

1 kuzu cięeri
750 gram kuzu eti
200 gram mantı hamuru
1 bardak ıslanmış nohut
2 adet pırasa
2 adet sivri biber
2 adet soęan
1 kuzu beyni
Kırmızı biber
Tuz
1 kaşıık tereyağı

Kuzu etini ufak ufak doğrayın. 15 dakika kadar soğanla kavurun. Akşamdan ıslamış olduğunuz nohudu suda haşılayıp pişirin ve ete ilave edin. Cięeri ufak ufak doğrayın. Tuzu ve biberini de ilave edip 15 dakika daha pişirin. Kuzu beynini parçalar halinde ilave edin. Mantı hamurunu da ufak ufak doğrayıp ilave edin. 10 dakika sulu şekilde kaynatın ve üstüne naneli kızdırılmış tereyağını dökün. Sıcak servis yapın.