



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YAREN KEBABI (ÇANKIRI)

Taze kusbasi dana bonfilesi 1 kg (Et zaten yumusak ve lezzetli) çok az yağda tencerede suyunu bırakıp çekene kadar kavruluyor.

2 küçükce doğranmış soğan son anda ilave ediliyor. 1 yemek kasığı acı toz biber, 2 yemek kasığı salça, 1 tatlı kasığı kimyon ve kekik ilave edilip, 1 dakika daha kavrulup, tuz serpiliyor sonunda çünkü et sert olmaması için, baste konmuyor.

1 bardak sıcak su ilave edilip karıştırılıyor (su soğuk olursa et sertleşir).

Büyükce bir güvec kabına boşaltılıyor. Üstüne bir avuç sarımsak tanesi serpiliyor ve 500 gr soyulmuş irice doğranmış patates taneleri serpiliyor. 300 gr kadar kabukları soyulmuş kupa şeklinde doğranmış patlıcan taneleri serpiliyor (Kabuk olursa acı tat verip etide karartır).

Tekrar iki avuç soyulmuş sarımsak taneleri serpiliyor. 6-7 adet tatlı dilimlenmiş yeşil biber serpiliyor. 4-5 adet olgun domates dilimleri serpiliyor. En üstüne iki avuç genişliğinde ince açılmış koyun kuyruk yağı konuyor.

Gene 3 bardak sıcak su ilave ediliyor, güvecin üstü alüminyum folyo ile kapatılıp, güvec ekme fırınının az sıcak alan tarafında 5 saat pişiriliyor.