



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU KAVURMA (ÇANAKKALE)

1 kg kuzu kuşbaşı
4 orta boy kuru soğan
2,5 kahve fincanı sıvı yağ
2,5 kahve fincanı yoğurt
1 baş sarımsak
Yarım demet maydanoz
8-10 adet sivri biber
1-2 adet domates
1,5 su bardağı sıcak su
Tuz

Sıvıyağı iyice kızdırın. Kuşbaşı eti ilave edip kavurun. Soğanları yarım halkalar halinde doğrayıp etlere ekleyin. Soğanla eti birlikte ağır ateşte 20 dakika pişirin. Doğranmış yeşil biberleri ve bir bardak sıcak suyu etlere ilave edin. Suyunu çekip etler yumuşadığında yarım bardak su daha ekleyip biraz daha pişirin. Domateslerin kabuklarını soyup küçük küpler halinde doğrayın. Maydanozu ince ince kıyıp domateslerle birlikte yemek suyunu çektikten sonra etlere ilave edin. Bir süre daha pişirip ocaktan alın. Sarımsakları soyup dövdükten sonra yoğurtla karıştırın. Kavurmayı servis tabağına aldıktan sonra üzerine sarımsaklı yoğurt gezdirin. Kırmızı toz biberi yağda kızartıp üzerine gezdirirseniz daha farklı bir lezzet elde edersiniz.