



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU KUZU ETİ

- 2 kilo kuzu eti (kürek kısmı)
- 4 arpacık soğanı
- 2 yemek kaşığı yağ
- 4 patates
- 3 havuç
- 1 ay fincanı konserve veya i bezelye
- 2 kahve fincanı rendelenmiş kaşar peyniri
- 2 tatlı kaşığı un
- 1 küçük kutu yoğurt
- Tuz
- Karabiber
- 2 tane yufka

Yağı kızdırın. 8 parçaya bölünmüş kemiksiz etle, ince doğranmış soğanları yağda kızartın. 1 çay fincanı su koyup hafif ateşte etler yumuşayıncaya kadar pişirin. Etleri çıkarıp sıcak bir yere alın. Tenceredeki yağlı suya yoğurdu ve unu katın. Karıştırarak koyu bir sos yapın. Haşlanmış patateslerle havuçları ufak parçalara doğrayın. Biraz yağda kızartın. Sonra bezelyelerle birlikte yoğurtlu sosa katın. Tuzu, biberi il ve edin. Hepsini bir taşım kaynatın. Yufkaların arasını yağlayıp ortasına etleri yerleştirin.  st ne sosu d k n. Yufka ile etrafını sarıp kapatın. Yağlanmış tepsiye koyun.  st ne yağ sürüp orta hararetle fırında 20 dakika kızartın.

