



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)  
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

## ÇOBAN KAVURMA



1 Kg. kuşbaşı koyun eti  
2 - 3 Adet sivri biber  
1 Adet iri kuru soğan  
1 Tatlı kaşığı tuz  
1 Çay kaşığı karabiber

- # Koyunun çeşitli yerlerinden alınan kuşbaşı et bir tencereye konur
- # Üzerine yemeklik doğranmış soğan ve 2 cm kalınlığında doğranmış biber eklenir.
- # Orta ateşte hiç yağ koymadan pişirilir.
- # Pişmesine yakın tuzu ve karabiberi eklenir.
- # Sıcak olarak servis yapılır.

Not: Çoban kavurmaya esasında etten başka bir malzeme konulmaz. Soğan, biber çeşitlendirmek için kullanılmıştır.