



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

## NIĞDE TAVASI



1 kg kuzu kuşbaşı  
1 küçük baş sarımsak  
5 adet sivri biber  
5 adet domates  
3 çorba kaşığı sıvıyağ  
1 tatlı kaşığı tuz

# Sarımsaklar soyulur, birkaç parçaya kesilir. Domatesin kabuğu soyulur iri dilimlenir. Biberin tohumu çıkarılır iri doğranır.

# Çukur bir kaba et, domates, biber, sarımsak, yağ ve tuz konur, iyice karıştırılır.

# Karışım yağlanmış fırın kabına aktarılır. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında, 45-50 dakika pişirilir.

# Sıcak olarak servis yapılır.

**Not:** Niğde tavasının orijinal tarifinde sıvıyağ yerine kuyruk yağ kullanılır.