



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

## SLBIYE



Yarım kg. kuzu kuşbaşı  
1 Su bardağı haşlanmış nohut  
4 Çorba kaşığı ayçiçek yağı  
1 Çorba kaşığı salça  
3 Çorba kaşığı sirke  
25 Adet arpacık soğanı  
15 diş sarımsak  
1 Çay kaşığı kimyon  
1 Çay kaşığı karabiber  
2 Çay kaşığı tuz  
1,5 Su bardağı sıcak su

- # Tencereye ayçiçek yağı konur, ısınınca kuşbaşı et eklenir. Hızlı ataeşte et suyunu salıp çekene kadar kavrulur.
- # zerine soyulmuş, bütün halde arpacık soğanlar ve sarımsaklar katılır. Soğanlar şeffaflaşana kadar kavrulur.
- # Daha sonra salça, haşlanmış nohut, kimyon, tuz ve karabiber eklenir, karıştırılır.
- # En son sirke ve sıcak su ilave edilir, tencerenin kapağı kapatılır, kısık ateşte yarım saat pişirilir.
- # Ateşten alındıktan 10 dakika sonra servis yapılabilir.

Not: Slbiye Akşehir yöresine ait bir tariftir.