



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzətlər® Azərəcə Yemək Tərifləri

Niğde Tavası

Niğde Tavası



1 kq quzu quşbaşı
1 kiçik baş sarımsaq
5 ədəd iti bibər
5 ədəd pomidor
3 yemək qaşığı duru yağ
1 çay qaşığı duz

- # Sarımsaqlar soyular, bir neçə parçaya kəsilər. Pomidorun qabığı soyular iri dilimlənər. Bibərin toxumu çıxarılır iri doğranar.
- # Çuxur bir kobud ət, pomidor, bibər, sarımsaq, yağ və duz qoyular, yaxşıca qarışdırılır.
- # Qarışıq yağlanmış soba kabına köçürülər. Əvvəldən ısıdılmış 200 dərəcə sobada, 45-50 dəqiqə bişirilər.
- # İsti olaraq xidmət edilir.

Niğde tavasının orijinal tərifində duru yağ əvəzinə quyruq yağ istifadə edilir-