



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

Lämmchenfleischgericht

Süt Kuzu Kapama



1 kg Lämmchenfleisch
15-20 Lauchzwiebel
7-8 Salatblätter
1 Bunt Dill
1 Dessertlöffel Salz
1 TL Pfeffer
2 Gläser Wasser

- # Vorbereitend die Lauchzwiebel und Salatblätter mit viel Wasser abwaschen und abtropfen.
- # Fleisch in einen tiefen Topf geben und ohne Zugabe 10 Minuten kochen.
- # Dazu 5 cm lange Lauchzwiebel geben.
- # 10 Minuten das Fleisch mit den Zwiebeln kochen lassen.
- # Die in ein paar Teile geschnittenen Salatblätter und 2 Gläser kochendes Wasser hinzu geben.
- # Bei niedriger Hitze ca. 1 Stunde lang köcheln lassen, bevor man den Topf vom Herd nimmt Salz und Pfeffer einstreuen.
- # Vor dem servieren mit fein gehackter Dill bestreuen.

Tipp: Bei der Zubereitung dieses Fleischgerichts können je nach Jahreszeit verschiedene Gemüsearten verwendet werden.