



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

Kebab in der Tonschale

Tas Kebabı



1 kg klein gewürfeltes Lammfleisch
4 EL Öl
2 Tomaten
1 Zwiebel
1 EL Tomatenmark
1 Dessertlöffel Mehl
4 Gläser Wasser

- # Öl erhitzen, das Fleisch hinzugeben, das Fleisch garen bis die Flüssigkeit verdampft ist, dann die fein gehackten Zwiebel hinzugeben.
- # Tomatenmark und Mehl hinzugeben und 2 Minuten garen, dann die geschälten und klein gehackten Tomaten hinzugeben.
- # Mit den Tomaten kurz garen, dann Salz einstreuen und 4 Gläser Wasser einfüllen.
- # Bei niedriger Hitze eine Stunde lang kochen lassen.
- # Warm servieren.

Tipp: In manchen Quellen werden für die Zubereitung von Tas Kebap Gemüsearten wie Kartoffel und Karotten empfohlen.