



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARIŞIK KIZARTMA

1 adet patlıcan
1 adet patates
1 adet kabak
1 adet havuç
3 adet sivribiber
1 su bardağı sivi yağ

1 adet patlıcan, patates, kabak, havuç ve 3 adet sivribiberi ufak ufak doğrayın. 1 su bardağı sivi yağı kızdırın. Sırayla patlıcan, patates, kabak, havuç ve sivribiberleri kızartın. Kızarttığınız sebzeleri geniş bir kaba içinde karıştırın.

4 diş dövülmüş sarımsak, 1 su bardağı yoğurdun içine alıp, sebzelerin üzerine gezdirin. 2 çorba kaşığı sivi yağı kızdırın. İçine kırmızıbiber ekleyin. Yoğurdun üzerine dökün.

