



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

IZGARA SEBZELİ YOĞURTLU KEBAP

Oktay Usta

300 gr Kuzu eti
1 Adet kabak
1 Adet patlıcan
1 Adet havuç
1 Adet kuru soğan
1 Adet kırmızı biber
1 Adet dolmalık biber
1 Adet domates
1 Tutam fesleğen
1 Çay bardağı zeytinyağı
Tuz
Karabiber
Kekik
Pul biber

Patlıcanları kabuklu şekilde verev verev (yan yan) doğruyoruz. Havucu soyup, kabakla birlikte doğruyoruz. Hepsini bir araya alıyoruz. Üzerine fesleğen, tuz, karabiber, zeytinyağı döküp karıştırıyoruz. Sebzeleri ızgarada kızartıyoruz. Kızaran sebzeleri servis tabağına alıyoruz. Kırmızı biberi dörde bölüp kızartıyoruz. Kuru soğanı da kızartıyoruz. Kuzu etlerini parmak boyunda doğruyoruz. Tavanın içine zeytinyağı koyup kızartıyoruz. Tuzu ve biberi ilave ediyoruz. Üst üste dizdiğimiz sebzelerin üzerine yoğurt döküyoruz. Etleri üzerine diziyoruz. Kabuğu soyulup doğranmış domatesleri fesleğen, zeytinyağı, kekik, pul biber, karabiber ve tuzla birlikte soteliyoruz. Etlerin üzerine döküyoruz ve servise hazır hale getiriyoruz.

