



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

SEBZELİ KEBAP

500 gram parça dana eti
1 tane kabak, patlıcan
2 tane domates,patates
3 tane biber, sarmısak
1 tane kuru soğan
75 gram margarin
Tuz
Karabiber

Önce patlıcan ve kabağıımız parmak şeklinde doğruyoruz,etleri tencereye koyup suyunu çektişene kadar pişirelim pişen etlerin üstüne sanayağıını,kurusoğanımızı koyup kavuralım,1 kaşık salça ekleyip soteleyelim.İçerisine sıraylas biberleri,domatesleri,patatesi,sarmısağı,patlıcan ve kabağıı koyup tuz baharat ve kekik ekleyip sıcak suda ekleyip tencerede fazlayumuşamadan pişirelim.Sonra ortaboy fırın tepsisine alıp fırının ızgara bölümüne ayarlayıp yemeğın üzerinin hafif kızarmasını sağlayalım.