



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TÜRLÜ

3 Soğan
4 Kabak
100 gr kuşbaşı et
4 Domates
1 Çorba kaşığı sade yağ
5 Yeşil biber
3 Patlıcan
4 Su bardağı su
15 Ayşekadın fasulye
Yeteri kadar tuz,
10 Bamba

Doğranmış soğanı, kuşbaşı etle, sadeyağda biraz pişirin. Alaca soyulup doğranmış patlıcan, fasulye, bamyaya, doğranmış kabak, domates, yoşll biber, biraz tuz katın. Suyunu katıp, orta ısıllı ateşte, etler yumuşayınca kadar pişirin.