



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ANA TAVA

300 gr kıyma
1 adet kuru soğan
1 adet domates
1 adet sivri biber
1 çay kaşığı tuz
3 çorba kaşığı zeytinyağı

Soğan ince ince kıyılır. Domates rendelenir. Biberin tohumları alınır ve ince doğranır. Tavaya zeytinyağı konur, ısınınca soğan atılır, tamamen gevşeyene kadar kavrulur. Kıyma katılır, devamlı karıştırarak tane tane kavrulur. Biber eklenir. Bir kaç dakika sonra domates ve tuz konur. Domates rengini verene dek çevrilir. Sıcak olarak tüketilir.