



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ARPACIK SOĞANLI GÜVEÇ

<https://www.sozcu.com.tr>

400 gr dana kuşbaşı
2 adet patlıcan
1.5 bardak su
4 domates
4 sivri biber
6 dal taze soğan
12 arpacık soğan
Tuz
Karabiber

Taze soğanı ve domatesleri soyup küp şeklinde doğrayın. Biberleri iri iri doğrayın. Bir miktar suyla eti kavurun. Taze soğan, arpacık soğan ve biberleri ekleyip kısık ateşte kavurmaya devam edin. Et suyunu çekince, ete domates, tuz, biber ve üzerini örtecek kadar su ilave edip yumuşayınca kadar pişirin. Halka halinde doğranmış patlıcanı güvece yerleştirin ve ortasına etli malzemeyi ekleyin. Güvecin ağzını alüminyum folyoyla kapatın. Önceden 160 derecede ısıtılmış fırında 30 dakika pişirin ve sıcak servis edin.

