



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BEYAZ KIZARTMA

2 adet kabak  
2 adet patlıcan  
2 adet patates  
4 adet çarliston biberi  
Kızartma yağı  
Üzeri için:  
1 kase yoğurt  
2 diş sarımsak  
1 çay kaşığı tuz  
1 çay bardağı su

Kabak, patlıcan, patates soyulur ve dilimlenir. Biberlerin tohumları çıkarılır, ikiye kesilir. Tavaya yağ konur, orta ateşte ısınınca hazırlanan sebzeler atılır ve kızartılır. Diğer tarafta ezilmiş sarımsaklı yoğurt, su ve tuz iyice çırpılır. Kızaran ve ılıyan kızartmalar atılır, alt-üst ederek karıştırılır ve servise sunulur.