



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇAVDAR EKMEKLİ DOMATES YAHNİSİ

6 domates (kabukları soyulup, çekirdekleri çıkarıldıktan sonra, iri doğranmış)

1 çorba kaşığı natürel zeytinyağı

1 soğan (ince doğranmış)

2 kereviz sapı (ince doğranmış)

2 diş sarımsak (ince kıyılmış)

2 tatlı kaşığı taze fesleğen (kıyılmış; ya da 1 tatlı kaşığı kuru fesleğen)

1/2 tatlı kaşığı maydanoz (kıyılmış)

1/4 tatlı kaşığı tuz

bir tutam karabiber (taze çekilmiş)

2 çorba kaşığı tozşeker

2 çavdar ekmeği dilimi (kabukları alındıktan sonra, küçük küpler halinde kesilmiş)

Önce fırınınızı 160 °C'a ısıtın. Zeytinyağını kalın dipli bir tavaya koyup, tavayı orta ateşe oturtarak, yağı ısıtın. Isınınca soğanlar, kereviz sapı parçaları, sarımsaklar, kıyılmış fesleğenlerin 3/4'ü (ya da kuru fesleğenlerin tümü), maydanoz, tuz ve karabiberi koyup, ara sıra karıştırarak, kereviz sapı parçaları yumuşayınca kadar (yaklaşık 4 dakika) pişirin. Domatesleri katıp, ara sıra karıştırarak, iyice yumuşayınca kadar (yaklaşık 5 dakika) pişirdikten sonra, tavayı ateşten alın. Tozşekeri ve çavdar ekmeği küplerini ekleyip, iyice karıştırarak, karışımı ateşe dayanıklı bir kaba aktarın ve kabı fırına verip, karışımın üstü ktır ktır oluncaya kadar (35-40 dakika) pişirin. Kabı fırından alıp, kalan taze fesleğenleri yahninin üstüne serpererek (taze fesleğen kullandıysanız), servis yapın.