



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇİFTLİK KAVURMASI

Malzemeler.

1 kg. koyun eti
2 adet küp doğranmış patates
2 adet küp doğranmış kemer patlıcan
2 adet küp doğranmış havuç
2 adet kuru soğan
1 baş sarımsak
2 adet sivri biber
1 adet doğranmış kırmızıbiber
2 adet domates
1 kaşık sıvıyağ
kızartmak için yağ
tuz
kekik
kimyon.

Etler 1 kaşık yağ ile iyice kavrulur. Bu arada domates ve biber hariç olmak üzere bütün sebzeler kızartılarak bekletilir. Etler suyunu çekip kendi yağında kaldığı zaman doğranmış biberler daha sonrada domatesler atılır. 5 dakika kavrulur sebzeler öldürülür. Daha sonra kızartılan bütün sebzeler, kimyon, kekik, tuz ilave edilerek servis yapılır.