



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇÖMLEK KEBABI

500 gr koyun eti
250 gr taze fasulye
2 adet dolmalık biber
2 büyük patlıcan
4 büyük domates
2 büyük patates
2 büyük havuç
100 gr bamya
15 adet arpacık soğan
1 fincan sıvıyağ
1 kaşık tereyağı
Tuz

- 1- Et kuşbaşı şeklinde doğranır.
- 2- Havuç kibrit çöpü şeklinde kesilir.
- 3- Et, arpacık soğanı ve havuçlar karıştırılır. Bu karışım güvece yerleştirilir.
- 4- Domatesler doğranarak etlerin üzerine dizilir. Fasulyeler ortadan ikiye bölünüp domateslerin üzerine sıralanır. Patlıcanlar alaca şeklinde soyulur. Halka şeklinde doğranıp tuzlu suda bekletilip acı suyu çıkartılıp fasulyelerin üzerine dizilir. Bamyalar ayıklanıp patateslerin üzerine sıralanır. Üzerlerine yağ dökülür. 1 su bardağı tuzlu su sebzelerin üzerine dökülür.
- 5- Kapağı kapatılıp çok kısık ateşte pişirilir.