



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKMEĞE BULANMIŞ SEBZELER

<https://esenler.bel.tr/>

- 1 adet kumpirlik büyük patates
- 2 adet patlıcan
- 1 adet büyük domates
- 1 adet soğan
- 2 adet kabak
- 10 adet çalı fasulyesi
- 2 adet havuç
- 1/2 bayat ekmek
- 2 adet yumurta
- 2 diş sarımsak
- 1 tatlı kaşığı domates salçası
- 1 şişe soda
- 1 çay bardağı sıvı yağ
- 1 çay kaşığı karabiber, kırmızı pul biber
- 1 tatlı kaşığı tuz

Bayat ekmeği rondodan geçirin. Patlıcanı alaca soyarak, yuvarlak dilimleyin. Soğanı, domatesi, enine dilimleyin. Havucu, kabağı, patatesi soyup yuvarlak dilimleyin. Karıştırma kabına ufalanmış ekmek, yumurta, dövülmüş sarımsak, salça, soda, karabiber, pul biber ve tuzu ilave edin. Karıştırarak bulamaç yapın. Tavada yağı kızdırın, sebzeleri bulamaca batırıp kızartın. Servis tabağına dizin. Süsleyin ve servis yapın.

