



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ GÜVEÇ

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

500 gram kuşbaşı et
2 adet soğan
2 adet patates
2 adet patlıcan
4 adet yeşil biber
3 adet domates
4-5 diş sarımsak
1 yemek kaşığı salça
5 yemek kaşığı sıvı yağ
Tuz
Pul biber
Karabiber

Bir tavaya kuşbaşı doğradığınız etleri alarak, suyunu salıp çekinceye kadar pişirin ve üzerine sıvı yağı ekleyerek kavurun.

Yeterince kavurduktan sonra; yemeklik doğradığınız soğanları, biberleri ve sarımsakları ekleyip kavurun.

Domateslerin kabuğunu soyduktan sonra doğrayın, aynı şekilde patates ve patlıcanı da küp küp doğradıktan sonra biberlerle birlikte kavurduğumuz etlerin üzerine ilave edin.

Baharatları da ekledikten sonra, bir su bardağı kadar sıcak su ekleyin ve 3-5 dk kadar pişirin.

İyice karıştırdıktan sonra, küçük güveç kaplarına yerleştirin.

Salçayı sıcak suda ezerek, sebzelerin üzerine gelecek kadar dökün.

Güveçlerin üzerini alüminyum folyo ile kapatarak, fırın tepsisine yerleştirin ve 160 derece fırında, yaklaşık yarım saat kadar pişirin.

Kenarından pişip pişmediğini kontrol ederek, süreyi duruma göre uzatabilirsiniz.

