



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ GÜVEÇ

300 gr kusbasi koyun eti
2 orta boy soğan
2 orta boy patlıcan
2 orta boy kabak
İki avuç taze fasulye
Bir avuç taze bamya
4 adet yeşilbiber
1/2 bardak sivi yağ
3 orta boy domates
2 yemek kasigi margarin veya tereyağı

Kusbasi doğranmış etleri, kıyılmış soğan ve 2 kasık yağla atese koyun.

Arada karıştırarak kısık ateşte suyunu çekene dek pişirin.

Patlıcanları alacalı soyun, bir parmak uzunluğunda kesin ve üzerine biraz tuz serpererek bekletin. Sonra da yıkayıp kurulayın ve kızgın yağa atarak açık pembe kızartın.

Kabakların kabuklarını kazıyıp yıkayın, yarım parmak uzunluğunda doğrayın. Fasulyeleri tuzlu sıcak suya atarak 10 dk bugulayın. Bamyaları yıkayın ve tepelerini koni biçiminde kesip ayıklayın.

8-10 kişilik bir güvece et ve sebzeleri karışık olarak yerleştirin. Üzerine patlıcanları, doğranmış domates ve biberleri koyun. Yeterince tuz, 1,5 bardak su katıp üzeri kapalı olarak kısık ateşte hafif piskikten sonra biraz da fırında pişirin.



Fotoğraf "gül" tarafından gönderildi. 20.06.2024