



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ETLİ SEBZELİ TÜRLÜ

- 1 patlıcan
- 1 kabak
- 2 havuç
- 2 patates
- 1 soğan
- 300 gram kuzu kuşbaşı
- 2 defne yaprağı
- 1 çay bardağı zeytinyağı

Bu türüyü yaparken düdüklü tencereyi tercih ederseniz 10 dakikada sofraya gelebilecek bir yemeğiniz olacaktır. Sebzeleri irice, soğanı yemeklik doğrayın. Et de dahil olmak üzere tüm malzemeyi tencereye çiğden dizip, hiç su koymadan pişirin. Normal tencerede pişirecekseniz 1 su bardağı su eklemeniz yeterlidir. Servis yapmadan önce üzerine bol maydanoz kıyabilirsiniz.