



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ TÜRLÜ

500 gr. et
250 gr. taze fasulye
3 adet patlıcan
2 kaşık tereyağı
200 gr. bamya
250 gr. kabak
150 gr. dolmalık biber
250 gr. domates
2 kuru sođan
tuz

Bir tencere içinde 3 kaşık yağ, kıyılmış soğan, et beraber kavrulur, domates ve su ilave edilerek yarı pişmiş hazırlanır. Sebzeler temizlenmiş, kesilmiş, yıkanıp szgee çıkartılır. Tuzlanıp 15 dakika bırakılarak karıştırılır. Birkaç su yıkandıktan sonra szgee çıkarılır. Yarı pişmiş etle beraber pişirilir. Arzu edilirse sebzeler yağda ayrı ayrı ldrlr. Piřecek kaba düzgünce hazırlanır, et ilave edilerek pişirilir.
