



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FESLEĞENLİ SEBZE YAHNİSİ (FRANSA)

MALZEMELER

- 1 tatlı kaşığı sıvı yağ
- 1 adet dolmalık kırmızıbiber
- 2 diş sarımsak
- 2 su bardağı tavuk suyu
- 3 adet patlıcan
- 1 adet kabak
- 10 adet bamyası
- 6 adet domates
- 1 çorba kaşığı fesleğen
- 350 gram balkabağı
- 1 tatlı kaşığı hardal
- 1 tatlı kaşığı kırmızı toz biber
- Bir tutam karabiber
- Bir tutam kırmızı pul biber
- 1 çorba kaşığı sirke

YAPILIŞ TARİFİ

Geniş bir tencereye 1 tatlı kaşığı sıvı yağı alın. Küp şeklinde kesilmiş dolmalık kırmızıbiberi ve kabuğu soyulmuş arpacık soğanlarını ilave edin. Kısık ateşte biberler yumuşayana ve arpacık soğanları sararana dek kavurun. Sonra ince kıyılmış sarımsakları ekleyin. Sarımsağın rengi değiştikten sonra tavuk suyunu ekleyin ve bir taşım kaynatın. Kaynadıktan sonra ateşi kısıp sebzeleri 10 dakika daha pişirin. Bu arada ayrı bir tavayı ateşe oturtup, kızdırın. Küp şeklinde doğradığınız patlıcanları ve kabağı, bamyaları ekleyin. Yumuşamaya başlayana dek pişirin. Küp şeklinde doğranmış domatesleri, balkabağını ve fesleğeni ilave edin. 3 dakika daha pişirin. Sonra bu karışımı tencereye ekleyin. Hardalı, kırmızı toz biberi, kırmızı pul biberi, karabiberi ve sirkeyi ilave edin. Tüm sebzeler iyice yumuşayana dek pişirin. Servis tabağına alarak, servis yapın.