



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA SEBZE

2 adet orta boy kabak
2 adet orta boy patlıcan
2 adet orta boy patates
2 adet orta boy domates
3 çorba kaşığı sıvıyağ
4-5 adet sivri biber
2 adet orta boy soğan
200 gr kıyma
4-5 diş sarımsak
1 çorba kaşığı salça
Karabiber
Tuz
Sıvıyağ

Patlıcanları alacalı olarak soyun ve dilim dilim keserek tuzlu suya atın. Yaklaşık 25-30 dakika kadar suyun içinde bekletin. Bu arada patates, domates ve kabakları da dilimleyin. Patlıcanları sudan çıkardıktan sonra kurulayın ve tavaya sıvıyağı dökün, yağı kızdırın. Sırası ile patatesleri, kabakları, patlıcanları ve sivri biberleri hafifçe kızartın. Soğanları küp küp doğrayın ve sonra bir tencereye yaklaşık 3 çorba kaşığı sıvıyağ, soğanları, sarımsakları, tuzu, karabiberi ve kıymayı koyup kavurun. En son salçayı da ekleyin ve kavurmaya devam edin. Kavurma süresinin yeterli geldiğini gördüğünüzde 2 su bardağı suyu ekleyip bir taşım kaynatın. Fırın kabına önce kabakları ve ardından patatesleri dilimleyin. Üzerine kıymalı harcın yarısını yayın ve sonra da patlıcanları ve sivri biberleri dilimleyin. En üste de yine dilimlenmiş domatesleri dizin. Üzerine de kalan kıymalı harcı koyun. Sebzelerin üzerini kapatacak kadar su ekleyip, kabın üzerini alüminyum folyo ile sararak fırına koyun. Sebzeler yumuşayana kadar 200° ısıllı fırında pişirin. Servise hazırdır.