



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## GARİBAN TÜRLÜSÜ

- 4 adet patates
- 2 adet pırasa
- 2 adet havuç
- 1 küçük demet ıspanak
- 1 çorba kaşığı salça
- 1 çay bardağı sıvıyağ
- 2 su bardağı su
- 1 tatlı kaşığı tuz

Bütün malzemeler soyulur, doğranır. Tencereye atılır. Sıvıyağ, salça, tuz ve su başka bir kaptaki karıştırılır. Sebzelerin üzerine dökülür. Kapak kapatılır. Yaklaşık 45 dakika pişirilir

---