



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

GÜVEÇ

500 gram kuşbaşı doğranmış et (dana veya kuzu tercih edilebilir)

2 adet büyük boy patlıcan

2 adet büyük boy domates

1 adet büyük boy soğan

3-4 diş sarımsak

2 adet yeşil biber

2 yemek kaşığı domates salçası

1 çay bardağı sıvı yağ

Tuz

Karabiber

Kırmızı pul biber (isteğe bağlı)

Birkaç dal taze kekik veya 1 tatlı kaşığı kuru kekik

Birkaç dal taze biberiye veya 1 tatlı kaşığı kuru biberiye

Bir su bardağı sıcak su

Patlıcanları yıkayın ve uzunlamasına dilimleyin. Dilimleri tuzlu suda 15-20 dakika bekletin. Bu işlem patlıcanların acısının çıkmasını sağlar.

Patlıcan dilimlerini sudan çıkartıp iyice durulayın ve kağıt havlu ile kurulayın. Ardından bir tavada ya da ızgarada hafifçe kızartın.

Kuşbaşı doğranmış eti tuz ve karabiber ile marine edin.

Bir tencere veya güveç kabında sıvı yağı kızdırın. Doğranmış soğanı ekleyip pembeleşene kadar kavurun.

Ardından sarımsakları ekleyin ve kokusu çıkana kadar kavurmaya devam edin.

Marine ettiğiniz kuşbaşı etleri ekleyin ve suyunu salıp çekene kadar kavurun.

Doğranmış domatesleri, yeşil biberleri ve salçayı ekleyin. Birkaç dakika daha kavurun.

Kavrulan etli karışımın üzerine kızarttığınız patlıcan dilimlerini yerleştirin.

Üzerine sıcak suyu ekleyin. Tuz, karabiber, pul biber ve kekik ekleyip karıştırın.

Güveç kabının kapağını kapatın veya alüminyum folyo ile iyice sarın.

Önceden ısıtılmış 180 derece fırında yaklaşık olarak 1-1.5 saat pişirin. Pişirme süresi etin ve sebzelerin taze olmasına bağlı olarak değişebilir.

Patlıcanlı güveç servise hazır. Sıcak olarak servis edebilirsiniz.



