



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## HAVUÇ BASTISI

Evvelâ, havuçları kazıyıp yıkamalı. Mutlaka biraz haşlamalıdır. Çıkarıp halka ve diğer şekillerde kesmelidir. Doğranmış soğanla kuşbaşı etleri de (veya kıymayı) tavada, sadeyağda kuvvetli ateşte biraz kızarttıktan sonra bir tencereye alıp üzerine hazır havuçları dökmeli. Tuz, biber ve biraz toz şeker ekmeli. Doğranmış maydanoz ve mizaca göre, sarımsak dahi katarak münasip miktar et suyu ile veya tatlı suyla orta pişirmelidir.

---