



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KARIŞIK SEBZE KIZARTMA

6-8 orta boy patates  
1-2 orta boy kabak  
1-2 orta boy patlıcan  
2-3 iri domates  
3 diş sarımsak  
2 orta boy soğan  
Sıvıyağ (kızartmak için)

Patlıcanlar alacalı soyularak halka halka doğranır. Geniş bir kaptan su da bekletilir. Diğer taraftan patatesler soyulur ve ince şekilde halka halka doğranır. Bol ve kızgın yağda kızartılır. Patatesler servis kabına döşenir. Patatesler kızdıktan sonra halka halka doğranan kabaklar kızartılır ve patateslerin üzerine döşenir. Kabaklardan sonra suyunu süzüp kuruttuğumuz patlıcanlar kızartılır. Kızaran patlıcanlar da kabakların üzerine döşenir. Daha sonra kızartma tenceresindeki kızgın yağdan ayrı bir tencereye 3-4 yemek kaşığı alınır. Rendelenen domates, rendelenen sarımsaklar ve tuz eklenerek pişirilir. İsterseniz sarımsakları iri şekilde veya birkaç parçaya bölerek de koyabilirsiniz. Ben sarımsakları rendelemeyi tercih ediyorum, böylece tadı daha güzel oluyor. Şimdi iri şekilde doğradığımız biberleri kızartıyoruz (Burada sıraya dikkat edersiniz ki soğan ve biberi kızartmadan önce kızgın yağdan 3-4 yemek kaşığı ayrı bir tencereye aldım, yoksa yağda biber çekirdekleri ve soslu soğan parçacıkları olabiliyor). Biberler kızdıktan sonra halka halka doğrayıp sosa bulduğumuz soğanları kızartıyoruz (Soğanların sosu için yumurta, un ve tuz güzelce çırpılır). Şimdi servis kabında en üstte bulunan kabakların üstüne pişen domates sosu dökülür. Üzerine kızaran biberler döşenir. Yanında kızartılmış soğanlar ve yoğurt ile servis yapılır.