



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIŞ SEBZELİ KEBAP

600 gram kuzu eti veya dana eti
2 adet soğan
2 adet prasa
2 kereviz (yapraklı)
2 adet patates
2 adet havuç
Yarım bardak ayçiçek yağı
Tuz
Karabiber

Etleri ufak ufak doğrayıp tencereye koyun. Soğanı, pırasayı, kerevizi, patatesi, havuCu hepsini doğrayıp kattıktan sonra tuzunu, biberini ve yağını koyup beraber karıştırın. Altını yakın. (Su koymayın.) Ağızını sıkı kapatın. Mümkünse iç kapak koyun ki hava almasın. 1 saat hafif ateşte pişirin. Bu bir saatte bir kere ağızını açıp karıştırın. Pişen yemeği tepsiye dökün ve karıştırmadan firma ; verin. 30 dakika da fırında pişirin.