



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIŞ TÜRLÜSÜ

Kışın yetişen pırasa, havuç, lahana, kereviz, şalgam, yerelması, kuzu ıspanağı yerine kış ıspanağı karnıbahar gibi sebzelerden bir kaçının iştirakiyle pişirilen yemektir.

Piştirme usulü de, yine bir çeşit sebzenin piştirme şeklinin aynıdır. Yani, haşlanacak sebzeler haşlanmalı ve kızartılacaklar da kızartılmalıdır.

Çentilmiş soğanla kuşbaşı etler (veya kıyma) tavada kavrulduktan sonra, muhtelif sebzelerin kendi fasıllarında gösterildiği tarz ve şekillerde ayıklanıp doğrandıktan sonra, etlere karıştırılıp su veya (et suyu) ilâvesi ile tuz, biberi ve (baharatı) da serpilerek pişirilmesinden ibarettir.

Not: Kış sebzelerinden pırasa, havuç, şalgam ve yerelması pişirilirken bir iki parça şeker de atılması lezzetinin çoğalmasına sebep olur.
