



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MİKRODALGADA LAVAŞLI KIYMALI

<https://cook.com.tr>

Domates 1 Adet
Nane 0.5 Çay Kaşığı
Maydanoz 1 Dal
Sivri Biber 60 Gram
Sarımsak 2 Diş
Soğan 1 Adet
Dana Kıyma 750 Gram
Lavaş Ekmeği 4 Yaprak

Yeşil biber, soğan, sarımsak küçük küçük doğandıktan sonra nane ve kıyma ile birlikte mikrodalgaya uygun cam bir güveçte karıştırılır. Güvecin üstü COOK Mikrodalga Streç Film ile örtülür ve iki kez karıştırılarak kuvvetli ısıda 10 dakika pişirilir. Fazla yağın süzdükten sonra, ufak küp şeklinde doğranmış domatesler ve maydanoz ilave edilir. Üstü tekrar örtülüp kuvvetli ısıda iki kez daha karıştırılarak 5-10 dakika arasında pişirilir. Lavaşların ortasına hazırlanan kıyma karışımı konur. Arzuya göre lavashları da mikrodalgada ısıtılabilirsiniz.

