



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZE ÇEŞİTLEMESİ

4 kişilik
500'er gram patates ve havuç
250 gram ıspanak veya pazı
1'er demet taze soğan ve maydanoz
2 adet yumurta
1 çorba kaşığı tepelme un
1 çorba kaşığı sıvıyağ
Tuz
Karabiber
İçine:
250 gram kıyma
1 adet rendelenmiş soğan
1 çay bardağı ince bulgur
1 çay bardağı dövülmüş ceviz
1 çorba kaşığı sıvıyağ
Tuz
Karabiber
Kırmızıbiber,
Kimyon
Üzerine:
Kaşar peyniri

Patates ve havucu hafifçe haşlayıp bir kaba rendeleyin. İnce kıyılmış ıspanak, taze soğan, maydanoz, tuz, karabiber katın. Yumurtaları, unu ve sıvıyağı da ilave edip karıştırın. Yağlanmış tepsiye malzemenin yarısını yayın. Bu arada ayrı bir yerde içini hazırlayın. Bunun için 1 çorba kaşığı sıvıyağda, yemeklik doğranmış soğan ile kıymayı kavurun. Suyunu iyice çekince bulguru ekleyin. Ocaktan alıp, tavanın kapağını kapatın ve 10 dakika bekletin. Bulgurlar etin sıcaklığı ile yumuşayınca baharatını ve cevizi ekleyerek karıştırın. Tepsiye yaydığınız patatesli malzemenin üzerine bu harcı döşeyin. Üzerine kalan patatesli malzemeyi kaplayın. Orta ısı fırında 20 dakika pişirin. Üzerine rendelenmiş kaşar peyniri serpip servis yapın.