



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZE KIZARTMASI

7 patates
2 kabak
2 patlıcan
4 domates
5 diş sarımsak
1 soğan
Biraz Tuz
Sıvı yağ

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 kızardıktan 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 kızardıktan 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.