



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZE MÜCVERİ

2 adet haşlanmış patates
1 adet haşlanmış havuç
1 adet kabak
8-10 yaprak ıspanak
Yarım demet maydanoz
3 adet taze soğan
3 adet yumurta
1 çay bardağı un
1 tatlı kaşığı tuz
Kızartmak için sıvıyağ

Kabak, patates, havuç rendelenir. Ispanak, maydanoz, soğan ince kıyılır. Bütün malzeme bir çukur kaptaki birleştirilir. Üzerine yumurta, un, tuz eklenir ve karıştırılır. Çok cıvık olmayan fakat katı da olmayan bir kıvamda olması gerekir. Karışım kaşıkla kızgın yağa dökülür. İki yüzü kızartılır.