



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ İŞKEMBE YAHNİSİ

1 kilo işkembe
3 çorba kaşığı yağ
3 orta boy soğan
2 iri patates
1 iri kereveiz
2 iri havuç
2 çorba kaşığı salça
1 defne yaprağı
tuz
işkembenin 1 kilo suyu
1 bağ kıyılmış maydanoz

İşkembeyi iyice yıkayıp kazıdıktan sonra doğrayıp pişirin. Sebzelerin hepsini ayrı ayrı yıkayıp süzdürün ve doğrayın. Bir tencerede yağı eriterek soğanı 2-3 dakika çevirin, sebzeleri de atıp 3-5 dakika daha çevirin. Ardından domates salçasını koyup birkaç dakika daha çevirdikten sonra tuzunu ve işkembe suyunu işkembeyle beraber koyup 45 dakika pişirin, sofraya alın.

[ML® İşkembe Yahnisi için tıklayın](#)

[ML® İşkembe Yahnisi \(görsel\)](#)