



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ İŞKEMBE YAHNİSİ

Necip Usta

1 kilo dana işkembesi
1 çorba kaşığı salça
3 adet orta boy soğan
1/2 tatlı kaşığı tuz
2 adet iri domates
Baharat Torbası
2 adet iri pırasa
1 adet iri kereviz
1 kilo işkembenin suyu
2 adet iri havuç
1 bağ kıyılmış maydanoz
3 çorba kaşığı yağ

1) İşkembeyi temizleyip, hazırlayıp haşlayınız ve suyundan çıkarıp kurdele gibi 4'er santim boyunda dilimleyiniz. Sonra bu dilimleri enine yarımşar santim kalınlığında kibrit biçimi kesip suyunu ayrı, işkembelerini ayrı saklayınız.
2) Soğanları temizleyip ince kıyınız. Domatesleri soyup çekirdeklerini çıkarınız ve ince doğrayınız. Sebzeleri ayrı ayrı doğrayıp, yıkayıp, süzdürünüz.
3) Sonra bir tencereye yağı ve soğanı koyup karıştırarak 2-3 dakika kavurup sebzeleri ilâve ediniz. 3-4 dakika karıştırarak kavurup, domates salçasını ve domatesleri ilâve ediniz.
4) 2 dakika daha kavurup işkembeyi, tuzunu, Baharat Torbası'nı ve işkembe suyunu ilâve edip kaynadıktan sonra ağır ağır kaynatarak 45 dakika pişiriniz. İçinden Baharat Torbası'nı çıkarıp, maydanozunu serpip servis yapınız.