



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ KAVURMA

2 Yemek Kaşığı Sana Klasik
1 Tatlı Kaşığı pul biber
2 Adet Domates
3 Adet yeşil biber
1 Kg. kuzu eti
1 Tatlı Kaşığı tuz
1 Tutam maydanoz
1 Adet kuru soğan
0,5 Çay Kaşığı karabiber

İlk olarak et kuşbaşı halinde doğranır ve sulanıp kendi suyunu çekene kadar tuz da eklenerek iyice pişirilir. İki yemek kaşığı yağ ilave edilir. Daha sonra yarım halka şeklinde doğranmış soğanlar ve küçük küçük doğranmış biberler etin içine eklenir. Hafif kavrulur. Kavrulduktan sonra küp küp doğranmış domatesler eklenir, piştikten sonra pul biber, karabiber ve maydanoz eklenerek karıştırılır. Sıcak servis yapılır.