



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ KEBAP

Yarım kg kuzu kuşbaşı
1 su bardağı pilavlık pirinç
1 su bardağı su
Sıvıyağ
2 adet orta boy patlıcan
6 adet orta boy domates
6 adet uzun sivri biber
Yarım çorba kaşığı toz şeker
150 gr tereyağı
Tuz
Karabiber

Domateslerin sap kısımlarını bıçakla oyarak alın. Ortadan ikiye kesip çekirdekli kısımlarını bir tabağa çıkarın. Dibi yuvarlak ve bombeli, düz olmayan bir teflon, bakır ya da çelik tencereyi sıvı yağla yağlayın. Domatesleri, kabuklu tarafları tencerenin tabanına gelecek şekilde dizerek kaplayın. Patlıcanları iri kuşbaşı doğrayıp tuzlu suda acısını çıkarın. Kızdırılmış sıvıyağda çevirerek 5-6 dakika kızartın. Kuzu kuşbaşını bir başka tavada kavurup patlıcanla harmanlayın. Karışımı domateslerin üzerine yayıp kevgirle hafif hafif bastırarak yerleştirin. Üzerlerine toz şeker serpin. Sivri biberlerin saplarını kesip yıldız şeklinde dizin. Tuzlu sıcak suda yaklaşık 1 saat beklemiş pirinci ilave edip yayın. Tuz, karabiber serpin. Domates suyuna 1 su bardağı su ilave edip ağır ateşte 20-25 dakika pişirin. Ateşten alıp üzerine eritilmiş tereyağını gezdirin. Düz servis tabağına tencereyi yavaşça ters çevirerek kebabı servis yapın.