



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## SEBZELİ KEBAP

750 gr. kuşbaşı et  
2 adet kereviz  
1 adet patates  
3 adet havuç  
3 adet çarliston biber  
1 çay bardağı konserve bezelye  
10-15 adet haşlanmış mantar  
500 gr. domates  
5 dal brokoli  
Kızartmak için sıvıyağ  
Tuz  
Kekik  
Karabiber

Etlere tuzlu suda haşlayıp, suyunu süzün. Patates, havuç ve kerevizi küp doğrayın. Biberleri üç parçaya bölün. Ayrı bir yerde tavaya sıvıyağ koyun. Doğradığınız sebzeleri yağda kavurun. Sebzeleri fırın tepsisinin yarısına yerleştirin. Bezelye, mantar ve brokolileri de ekleyin. Sebzelerin yanına etleri alın. Tane karabiber, tuz ve kekiği de serpin. Yemeğin üzerine rendelenmiş domatesi yayın.

---