



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ KEBAP

1/2 kg kuşbaşı et
5-6 adet sivri biber
3 adet orta boy havuç
3 adet patlıcan
4 adet patates
2 adet domates
1 kg konserve bezelye

Etleri biraz yağ ile birlikte kavurun ve kendi suyunu verince üzerine su koyun. Haşlanmaya bırakın. Patatesleri, patlıcanları, havuçları ve biberleri küp küp doğrayın. Hepsini ayrı ayrı kızartın ve bir tepside karıştırın. Üzerine iyice haşlanmış etleri dizin ve daha sonra bezelyeleri altı görünmeyecek şekilde tepsinin üzerine serin. En üste ise daha önce rendelenmiş olan domatesleri dökün. Arzuya göre kekik konulabilir. Tencerede kalan et suyu üzerine dökün ve tepsinin üzerinde biraz yağ gezdirip fırına verin. Suyunu biraz çekene kadar pişirin. Sıcak servis yapın.
