



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ KÖFTE

50 gr margarin
500 gr kıyma
1 adet 2 adet orta boy patates
1 adet patlıcan
1 adet havuç
1 yemek kaşığı salça
1 dilim ekmek
1 adet soğan
1 diş sarımsak
Yeteri kadar tuz ve baharat
2 adet domates

Kıymaya ekmek, yumurta, rendelenmiş soğan, maydanoz ve baharatlarını ekleyip yoğurun. Şekiller verin. Patates, patlıcan ve havucu temizleyip aynı büyüklükte küp doğrayın. Kızgın yağda sırasıyla patates, patlıcan, havuç ve köfteleri kızartın. Yayvan tencerede margarini eritin salçayı kavurun rendelenmiş domates ve sarımsağı ekleyin. Kızarmış malzemeleride ekleyip biraz su ilave edin. Kaynadıktan sonra kısık ateşte 5 dakika daha pişirip ocaktan alın.