



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SEBZELİ KÖFTE

1/2 kg köftelik kıyma  
2 soğan  
Bir tutam maydanoz  
3 dilim bayat ekmek  
2 havuç  
2 patates  
1 su bardağı bezelye  
1'er yemek kaşığı domates salçası, biber salçası  
3 kuru domates

Köfte malzemesini yoğurup, iri misket büyüklüğünde köfteler yapın. Patatesleri ve havuçları doğrayıp küp küp keserek yağda kızartın. Ardından köfteleri kızartın. Tencerede yağda soğanı kavurup salçasını da ekleyip bir-iki çevirdikten sonra havuçları, patatesleri, köfteleri, kuru domatesleri ve bezelyeyi ekleyerek, baharatları da koyun. Göz kararı suyunu da ekleyip, 10dk kadar kısık ateşte pişirin.