



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ ETLİ FIRIN GÜVEÇ

<https://www.bim.com.tr>

1 paket Emin kuşbaşı et
1 büyük patates
1 büyük soğan
1 baş sarımsak
4 adet kıl biber
1 çorba kaşığı Yurdum domates salçası
2 adet yeşil biber
1 parça Yurdum közlenmiş kırmızı biber
Yarım su bardağı Sole ayçiçek yağı
1 çay kaşığı Destan pul biber
1 çay kaşığı Rafine Sofra tuz
1 çay kaşığı Destan karabiber
3 çorba kaşığı Pervin tereyağı

1 adet patatesi ve 1 adet soğanı küp küp doğrayın. 1 parça közlenmiş kırmızı biberi, 2 adet yeşil biberi de ince uzun şeritler halinde kesin. Kesilen bu sebzeleri geniş bir kâseye aktarın. Kâseye 1 çorba kaşığı domates salçası, yarım su bardağı ayçiçek yağı, 1 paket kuşbaşı kesilmiş et, 1 çay kaşığı tuz, 1 çay kaşığı karabiber ve 1 çay kaşığı pul biber ekleyin. Kâseyi iyice karıştırın.

Karışımı fırın tepsisi, bor cam veya toprak kap içerisine aktarın. Üzerine 4 adet kıl biberi ve orta noktasına 1 baş sarımsağı koyun. Etin daha sulu ve lezzetli olması için üzerine 3 çorba kaşığı parçalanmış tereyağını ekleyin. Kabı alüminyum folyo ile sıkıca sarın.

200 derece önceden ısıtılmış fansız alt üst fırında 60 dakika pişirin.

Dilerseniz üzerine ince ince doğranmış maydanoz ve lavaş ile servis edebilirsiniz.

