



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ KUŞBAŞI ETLİ GÜVEÇ

- 1 Paket Margarin
- 1 Çay Kaşığı pul biber
- 2 Adet soğan
- 4 Adet yeşilbiber
- 2 Adet patates
- 1 Çay Kaşığı Karabiber
- 3 Adet Domates
- 1 Tatlı Kaşığı tuz
- 5 Adet sarımsak
- 2 Adet patlıcan
- 1 Yemek Kaşığı salça
- 500 gr kuşbaşı

Yemeklik doğradığımız soğanları yağda kavurun. Yeterince kavurduktan sonra küçük olarak doğranmış kuşbaşı etleri de ilave edin. Domateslerin kabuğunu soyduktan sonra doğrayın, aynı şekilde patates ve patlıcanı da küp küp doğradıktan sonra biberlerle birlikte kavurduğumuz etlerin üzerine ilave edin. Sarımsakları ve baharatları da ekledikten sonra bir su bardağı kadar sıcak su ekleyin ve 3-5 dk kadar pişirin. İyice karıştırdıktan sonra küçük güveç kaplarına yerleştirin. Salçayı sıcak suda ezerek, sebzelerin üzerine gelecek kadar dökün. Güveçlerin üzerini alüminyum folyo ile kapatarak fırın tepsisine yerleştirin ve 160 derece fırında yaklaşık yarım saat kadar pişirin, kenarından pişip pişmediğini kontrol ederek süreyi duruma göre uzatabilirsiniz.

