



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ KUZU GÜVECİ

500 gr. kuşbaşı kuzu eti
1 adet patlıcan
2 adet kabak
3 adet yeşil biber
1 çorba kaşığı katı yağ
1 avuç taze fasulye
2 baş kuru soğan
2 adet domates
1 su bardağı su
Yeterince tuz, biber.

Sebzeleri cinsine göre yıkayıp, ayıklayınız. Orta boy bir güvecin içine önce kuşbaşı kuzu etlerini yerleştiriniz. Üzerine çiğden doğranmış sebzeleri, kabuğu soyulmuş fındık büyüklüğünde doğradığınız domatesleri, tuzunu biberini koyup, tahta kaşıkla ezmeden karıştırınız. Bir bardak suyunu, yağını koyup, güvecin ağzını kapatınız. Orta hararetli ateşte 35-40 dakika pişiriniz. Ateşten alıp sıcak fırında (sönmüş ama sıcak) 15 dakika demlendiriniz. Olduğu gibi sofraya getirip, servis yapınız.