



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

SEBZELİ KUZU GÜVEÇ

- 1 kilo kuzu kuşbaşı
- 1 adet kuru soğan (büyük)
- 1 adet havuç (büyük)
- 2 adet kabak
- 2 adet patates
- 2 adet patlıcan
- 2-3 adet domates
- 7-8 diş sarımsak
- Bir miktar tuz
- Bir miktar baharat

Soğanları, patatesleri, sarımsakları ve domatesleri soyun, havuçları kazıyın. Kabak ve patlıcanları alacalı soyun. Soğanları, havuçları, patates, domatesleri, kabak ve patlıcanları doğrayın. Soğan ve havuçları çok az zeytinyağında hafifçe soteleyin. Soteledikten sonra güveç kabınızın tabanına yayın. Eti de hafifçe yağda çevirin. Soğan ve havuçların üzerine diğer sebzeleri aralarına sarımsak ve domates ekleyip baharatları serpererek güveç kabına yayın. Etleri sebzelerin üzerine koyun. (Eğer normal güveçte yapıyorsanız eti en alta veya soğanın üzerine yerleştirip en üstüne yağ gezdirin, elektrikli de yağa gerek olmuyor. Üstüne çarliston biber ile süsleyin. Güveç kabınızın üzerini kapatıp orta ayarda 6-8 saat pişirin.
