



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUKLU SEBZELİ GÜVEÇ

2 adet havuç
2 adet kabak
2 adet patlıcan
2 adet patates
10 adet mantar
3 adet soğan
1 kg. kemiksiz tavuk kalça
1 demet taze soğan
2 su bardağı yazdan kalma hazırlanmış şişe domates

Sebzeleri iri iri doğruyoruz ve tavuklarla birlikte zeytinyağına hepsini çiğ olarak atıp biraz kavuruyoruz. Üzerine yazdan kalma domates sosunu döküp, iki su bardağı kaynar su ekliyoruz. Tam bu aşamada üzerine halka halka dilimlediğimiz bir adet domatesi ve iri iri doğradığımız taze soğanı ekliyoruz. Tuz, karabiber, kekik ve iki adet defne yaprağını ekleyip kaynayana kadar orta ateşte, kaynadıktan sonra ise mum ateşinde yaklaşık 40-45 dakika pişiriyoruz. Üzerine biraz daha zeytinyağı gezdirerek bu sefer önceden ısıtılmış fırına ağız açık şekilde atıp nar gibi kızarana kadar pişiriyoruz.