



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ YAHNİ

500 gram dana kuşbaşı eti
2 adet havuç
2 su bardağı haşlanmış bezelye
2 yemek kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı tane karabiber
2 yemek kaşığı domates salçası
2 su bardağı su
1 tatlı kaşığı tuz

Tencereyi ısıtın ve tereyağını eritin. Kuşbaşı etleri kızgın yağda soteleyin. Havuçları ilave edin ve etle birlikte harlı ateşte kavurun. Bezelyeleri ilave edin. Kavurmaya devam edin. Domates salçasını ilave edin ve etlere iyice yedirin. Suyu, tuzu ve tane karabiberleri ekleyin. Tencerenin kapağını kapatıp, kısık ateşte 40-45 dakika pişirin.

