



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ YOĞURTLU KEBAP

500 gram koyun eti (kemiksiz)
4 adet patates
2 adet havuç
2 adet soğan
2 adet patlıcan
2 adet domates
Yarım bardak ayçiçek yağı
Tuz
Biber
Sarımsak
200 gram yoğurt

Etlere kuşbaşı doğrayıp yağda 20 dakika kavurun. Soğanları soyup doğrayın. 10 dakika daha kavurun. Havuçları da koyun. Sonra patatesi, patlıcanı, domatesi de doğrayıp ete katın ve ağzını sıkı kapatın. 1 saat hafif ateşte pişirin. Ve ateşten alıp tabaklara servis yapın. Üzerine sarımsaklı yoğurt, az da tereyağı yakabilirsiniz ve öyle servis yapın.