



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ KOFTE

500 gr. kıyma
1 büyük soğan,
2 dilim ekmek içi
2 yumurta
1 demet dereotu
2 çorba kaşığı sadeyağ
2 büyük patates,
1 bardak taze iç bezelye veya 1 küçük kutu konserve iç bezelye
2 Domates,
1 Patlıcan,
2 Bardak su,
karabiber, tuz.

Kıymaya, rendelenmiş soğanı, ıslatıp sıkarak suyunu çıkardığınız bayat ekmek içlerini, tuzu, karabiberi ve kıyılmış dereotunu ekleyin. Hepsini 5 dakika kadar iyice yoğurun. Sonra bu kıymadan, ceviz büyüklüğünde parçalar koparın. Islatılmış ovucunuzda köfteleri yuvarladıktan sonra, yas-siltin. Tavaya bir miktar zeytinyağı koyun. Yağ kızdıktan sonra, kabukları soyulup, küçük kare biçiminde parçalara kesilmiş patatesleri içine atın ve pembeleşinceye kadar kızartın. Patatesleri, yağını iyice süzerek tavadan çıkardıktan sonra aynı yağa, uzun uzun küçük parçalara bölünmüş patlıcanları koyarak kızartın. Patlıcanlar da kızarıp çıktıktan sonra, köfteleri kızartın. Sonra bir tencereye 2 kaşık sade yağ koyun. Buna köfteleri, patlıcanları ve taze iç bezelyeleri ilâve edin. Tuz koyun ve yağsız olarak püre haline gelinceye kadar, pişirdiniz domateslerle, iki bardak su koyup, orta ısıda ateşte, bezelyeler yumuşayınca kadar pişirin. Sonra, kızarttığınız patatesleri ilâve edin. Patatesleri de bir taşım kaynadıktan sonra tabağa alıp servis yapın.