



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TENCEREDE SEBZELİ SÜT DANASI

600 gr Süt Danası (yağsız but)

2 Adet Patates

2 Adet Havuç

2 Adet Soğan

3 Diş Sarımsak

3 Adet Yeşil Biber

3 Adet Domates

1 Bağ Taze Biberiye

1 Bağ Taze Kekik

3 Çorba Kaşığı margarin

1 Tutam Tuz

1 Tutam Karabiber

Fırına girebilen dibi kalın bir tencerede sana margarini kızdırdıktan sonra eti koyup 1-2 dakika çevirin. Yanmamasına dikkat edin ama her yeri renk alsın. Tencereyi ateşten alıp kabaca doğranmış sebzeleri etin etrafına dağıtın. Üstünü kapatıp sıcak fırına (180- 200 derece) koyun. 25- 30 dakika sonra etin pişmiş olması gerekir.