



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

## TÜRLÜ

Kuzu Kuşbaşı (kemikli doğranmış) 500 gr  
SuperFresh Soğan 1 paket  
SuperFresh Taze Fasulye 250 gr  
SuperFresh Bamyası 250 gr  
Patlıcan 2 adet  
Patates 2 adet  
Kabak 2 adet  
Yeşil dolmalık biber 2 adet  
Domates (kabuğu soyulmuş, halka doğranmış) 4 adet  
Sarımsak 3 diş  
Tereyağı 150 gr  
Sıvı yağ 2 çorba kaşığı

Yağı tencereye koyun. Yıkadığınız, süzdürdüğünüz ve kuruladığınız etleri yağın içine atın. Karıştırarak etlerin kemiklerinden ayrılır derecede pişmesini sağlayın. SuperFresh Tatlı Beyaz Soğanları etin içine atın, etle birlikte renk alana dek kavurun. Et ve SuperFresh Soğan pişerken patatesi ayıklayın. Halka halka doğrayın. Biberlerin tohumlarını çıkartın, yıkayın ve yarıya kesin. Biberler tülünün üzerine kapak gibi kapatılacak. Sarımsakları soyup ikiye bölün. Bütün sebzeleri ve patatesi çukur bir çanakta tuzlayın ve biberleyin. Pişirdiğiniz etin içine önce suda beklettiğiniz ve sıkıdığınız patlıcanları koyun. Sonra kabakları ilave edin. En son SuperFresh Taze Fasulyeleri ve SuperFresh Bamyaları koyun. Patatesleri bamyaların etrafına yerleştirin. Bu arada domates ve sarımsakları sebzelerin aralarına kat kat koyun. Patateslerin üzerine domatesleri dizin, biberleri de en üstüne kapak yapın. Orta ateşte pişirin.

