



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YAZ TÜRLÜSÜ

Malzeme:

300 gr kuzu eti
2 kaşık tereyağı
2 sođan
300 gr fasulye
400 gr kabak
400 gr patlıcan
150 gr bamya
400 gr domates
6 adet yeřil biber
4 bardak su yahut et suyu
yarım kahve fincanı sirke
tuz

Yapılışı:

Bir tencereye tereyağı ve ince kıyılmış soğan, kuşbaşı doğranmış et, tuz koyarak etler suyunu salıp çekinceye kadar pişirilir. Ayıklanmış fasulye doğranmış domates ilave edip kısık ateşte pişirilir. Kabakları soyup halka halka kesin. Patlıcanlar soyulduktan sonra ortadan ikiye kesilip iki parmak aralıkla doğranır. Bamyalar ayıklanır sirkeye yatırılır. Fasulyeler yumuşayınca kabak, patlıcan, bamya ilave edip kendi suyuyla pişmeye bırakılır. Daha sonra arzunuza göre su ilave ederek iyice pişirilir.
