



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## YAZ TÜRLÜSÜ

Yaz mevsiminde yetişen sebzelerden her birinden nisbet dairesinde tedarik edilerek ayrı ayrı cinslerine göre, soymalı, ayıklamalı, doğramalı, temizlemeli ve yıkamalıdır.

Bu sebzelerden her hangi biri, etle nasıl pişirilirse o suretle hareket edilerek, yâni evvelâ sadeyağda soğanla kuşbaşı et kavrulur. Ayıklanmış, doğranmış ve hazırlanmış sebzeler de kızartılmış etlere katılır. Taze domates, et suyu, yoksa su doldurup, tuzu, biberi ve (baharatı) ekildikten sonra, ağır ateşte pişirilmelidir.

Not: Sebzeler arasında pişme müddeti bakımından yekdiğeriyle uyuşamıyanlar, meselâ; evvelâ tavada kızartılması veya haşlanması icabeden sebzeler varsa veya mevcut et cinslerinin pişme kabiliyetlerine, yâni sert ve kart olmalarına göre, diğer çabuk pişen sebzelerin sırasını sona bırakmalıdır ki, trlde pişme ahengi bozulmasın. Bunun için, sebzelerin yekdiğeriyle olan kaynaşmalarını dikkatten uzak tutmamak gerektir.