



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YAZ TÜRLÜSÜ

350 gr kuşbaşı kuzu eti ya da tavuk
1/2 paket (125 gram) margarin
250 gr ayşe kadın fasulye
2 adet kabak
2 adet patlıcan
100 gr bamya
3 adet domates
2 adet kuru soğan
4 adet çarliston biber
Et suyu veya su
1/2 kahve fincanı sirke
Tuz

Küçük küçük doğradığımız soğanları, margarinde yumuşayıncaya kadar pişirelim.

Eti ilave edip, suyunu salıp da çekinceye kadar pişirdikten sonra, 1-2 dakika kavurup, yeterince su ilavesi ile yumuşayıncaya kadar pişirelim.

Ayıklayıp, kuşbaşı kestiğimiz sebzelerden önce taze fasulyeyi, 5-6 dakika sonra patlıcan, kabak, domates ve biberi tencereye ilave edip, bütün sebzeler iyice yumuşayıncaya kadar orta ısıllı ateşte pişirelim.