



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzətlər® Azərəcə Yemək Tərifləri

Yaz Turlusu

Yaz Türlüsü



350 qram quşbaşı ət
2 ədəd quru soğan
30-35 ədəd təzə paxla
2 ədəd kartof
2 ədəd badımcan
2 ədəd balqabaq
2 ədəd dolma bibəri
3 ədəd pomidor
1 çay stəkanı günəbaxan yağı
duz

- # Əvvəlcə badımcan çubuqlu soyular. Quşbaşı doğranar, duzlu suya isladılar, yarım saat gözlədilər.
- # Paxlaların qılçıqları alınar, 2-3 parçaya bölünər. Balqabaq və kartof da quşbaşı şəklində doğranar.
- # Quru soğan incə qyılar, pomidorun qabıqları soyular, kiçik küp şəklində doğranar.
- # Bibərlərin toxumları çıxarılır, bir az iri doğranar.
- # Qazana duru yağ qoyular, istilənincə soğan atılar, çəhrayılaşdırılır, ət əlavə olunar, suyunu çəkənə qədər qovrulur.
- # Sərtlilik dərəcəsinə görə bəşər dəqiqə arao ilə; paxla, bibər, kartof, balqabaq və badımcan atılar.
- # Ən son pomidor və duz əlavə edilir, qazanın qapağı bağlanılır, 30-35 dəqiqə bişirilər.
- # İsti olaraq xidmətə təqdim edilir.

Qeyd: Bu tərifdə xüsusilə su istifadə edilməmişdir, pomidorun sunundan faydalanılmışdır.