



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BADEMLİ BİBER SOTE

100 gram çiğ badem
2 adet kırmızıbiber
2 adet sarı dolmalık biber
300 gram ıspanak
Yarım ay bardağı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı şeker
2 diş sarımsak

Öncelikle biberi uzun şeritler halinde doğrayın. Bir tavaya zeytinyağı döküp biberleri ve sarımsakları 5 dakika kadar sote edin. Daha sonra üzerine kabukları soyulmuş bademleri, irice ıspanak yapraklarını koyup hepsini birlikte 5 dakika daha kavurup soğumaya bırakın.

